

# ધનવન્તરિ.

## DHANVANTARI.

૧૩

૨૮૨

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

વેદક, વિજ્ઞાન, વિતોદ અને “નેચરોપથી” વિષેનું મૌસિક પત્ર.

પુસ્તક ૬૨ ટું. ] જાન્યુઆરી, ફેબ્રુઆરી ૧૯૧૮. [ અંક ૧, ૨.

આર્થિક દ્રવ્ય—ડૉક્ટર મેનુલાલ, એમ. સી. પી. એસ, એમ. સી. એચ. સી (વરદના.)

પ્રકાશક અને તંત્રી—મોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ, એફ. એ. ડી. યુ.

વિસનગર (૩, ગુજરાત.)

Published by.—Bhogilal T. Vakil, F. A. V. U.

Visnagar (N. Gujarat India)

અર્થિક લવાજમ રૂ ૨) પુસ્તક અંક ૨ આના. Annual Subscription Rs. 2

Health brightest visitant from heaven,

Grant me with thee to rest!

For the short term by nature given,

Be thou my constant guest!

For every joy that warms our hearts,

With thee approaches and departs

# વિષયાનુક્રમણિકા.

વિષય.

પૃષ્ઠ.

અનુસારી.

૧. આરોગ્ય (ઇંગ્રેજી)...	૧.
૨. સાદું જીવન (ઇંગ્રેજી કાવ્ય) ...	૨.
૩. મનુષ્યનો સર્વોત્તમ મિત્ર-પાણી. (ઇંગ્રેજી કાવ્ય) ...	૨.
૪. દીર્ઘયુષ્ય અને આરોગ્ય વિશે ઝોડી- સનના વિચારો. ...	૩.
૫. વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર ...	૬.
૬. ઈટરનલ બાથ અથવા અબચેતર સ્નાન... ..	૧૮.
૭. સ્પિરિચ્યુએલીઝમ અથવા મરણ પા- મેલાં સાચેનો સંબંધ... ..	૧૯.
૮. અનુભવેલી દવાઓ... ..	૨૯.
૯. જાણવા યોગ્ય સમાચાર ...	૩૦.
૧૦. મગફળી-લેગ... ..	૩૧.
૧૧. વ્યાયામ. ... ..	૩૨.

વિષય.

ફ્રેન્ચુઆરી.

પૃષ્ઠ.

૧. નિર્ધનતા અને સંપત્તિ (ઇંગ્રેજી કાવ્ય).	૩૩
૨. તમે મેમાંથી કયા છો? (ઇંગ્રેજી કાવ્ય).	૩૪.
૩. પ્રેરણાબુદ્ધિ વિ. તર્કશક્તિ (ઇંગ્રેજી).	૩૫.
૪. સ્પિરિચ્યુએલીઝમ અથવા મરણ પા- મેલાં સાચેનો સંબંધ... ..	૩૫.
૫. લમ માટે નાલાયક મરદો...	૪૦.
૬. ધીમાં થતો ભેગ અને તેથી આરો- ગ્યને હાનિ ... ..	૪૬.
૭. રોગને નિવારવામાં રેતીનો ઉપયોગ.	૪૮.
૮. મોંઘ માણુષ્ય આગળ શું બોલવું અને શું ન બોલવું? ... ..	૪૯.
૯. પ્લેક પ્રતિબંધક ઉપાય ..	૫૨.
૧૦. વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર ... ..	૫૬.
૧૧. રસમય સુટણી. ... ..	૬૨.
૧૨. જાણવા યોગ્ય વાતો... ..	૬૪.

## ખાસ વાંચવા લાયક પુસ્તકો.

“બિદ્ધ” નેચરોપથી વિષેનો સર્વોત્તમ ૨૦૦૫ પૃષ્ઠો, ૭૧૫ ચિત્રોવાળો મ- હાન ઇંગ્રેજી અંથ જેમાં દરેક રોમ શી રીતે મરાણો તે વિગતવાર વર્ણવ્યું છે, અને આરોગ્ય સંબંધી પણ સર્વોદ્દત્ત લખાણ છે. બે વાંચુઓની કીમત. ૨૬-૦-૦
“રિટર્ન ટુનેચર” કુદરતને અનુસરતું ઋષિજીવન હાલમાં શી રીતે માણી શકાય અને સ્વર્ગનું યુગ્મ પૃથ્વી પર ભોગવાય તે બાતી અનુભવથી વર્ણવનાર ઇંગ્રેજી પુસ્તક. ૩-૪-૦
“નૈસર્ગિક જીવન” આ પુસ્તક “રિટર્ન-ટુ-નેચર”નો શુદ્ધરૂપી સંપૂર્ણ અનુવાદ છે. ૧-૦-૦
અનંત જીવન શી રીતે પ્રાપ્ત કરવું? કતાં “ધ-નવ-તરિ”ના તત્ત્વો દીર્ઘાયુષી અને નીરોગ તથા બળવાન બનવાનો માર્ગ બતાવનાર અપૂર્વ અંથ. ૧-૦-૦
શ્રી દેવી અદ્ભુત ચમત્કાર, હિપ્નોટિઝમ, મેસ્મેરિઝમ, પ્રેતાવાહન, મંત્રશાસ્ત્ર વગેરે મજબૂતો અનુભવી અંથ. ... .. ૧-૦-૨
દાયગેગ, કારગેગ, લક્ષણો અને ઘેર બેસી તેવા ઉપાયો. લેખક ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ, ઈ. એમ. ઇ. એન. ડી (ન્યૂયૉર્ક)... .. ૦-૪-૦
વનસ્પતિ આહારના દાયદા (ઇંગ્રેજી) કતાં. ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ ... ૦-૨-૦
હું રોગી છું કે નીરોગી? (કુદનેના પુસ્તકનો અનુવાદ.) ... .. ૦-૪-૦
આયુર્વેદમે બુદ્ધિવર્ધક પ્રયોગ (હિન્દી) ... .. ૦-૪-૦
આરોગ્ય સાચવવાના ઉપાયો, ધનાગ્રી નિબંધ, લેખક ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ... ૦-૧-૬
તમાકુનું દુષ્પ્રસન્ન, બીજી આકૃતિ. લેખક ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ. ... .. ૦-૧-૦
“ધ-નવ-તરિ” પદ્યનું માસિક સન ૧૯૦૮ થી પ્રકટ થાય છે. એક વરસનું લવાજમ. ૨-૦-૦
“નવોન ઉપચારશાસ્ત્ર અને વ્યાધિના એકત્રિતો સિદ્ધાંત” આ. ૧ કુદનેના પ્રખ્યાત પુસ્તકનો અનુવાદ, કતાં ડૉ. મહાદેવ પ્રસાદ. ... .. ૧-૦-૦
મૃત્યુના-૬૫૨નાં મર્ચ પુસ્તકનું ઉપાય ખંડુ જીવ. મળવાનું મેકાલું:— “ધ-નવ-તરિ” બ્રહ્મિય, વિસનમર, અથવા “નવજીવનાસય” —અમદાવાદ.

# धन्वन्तरि.

## SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरि धृतवत्सामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रधंषम् ॥

चन्द्रेर्विद्वनयनं मणिमाटयमायुर्वेदः प्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

दायगां अभूतायी सरस्वती कुम्भं धारण करी रदेवा, पीतां वस्त्र परिधान करनारा, सर्व सिद्धं सुरेन्द्रने पशु व'दन् करवा लायक, कमल सरणां नेत्रवाणी, मणिभाषा गेहेरी रदेवा, आयुर्वेद ओषधि वेद्यकशास्त्रना प्रवर्तक, अने वशी केमता नामनु स्मरण (अनुभूति) करवायी शैल भात्र नाश पायेछे, मेघ श्री धन्वन्तरि अथवा नने नमन करे हुं

'Mens sana in corpore sano' "पछेछुं मुन ते नते नर्या."

पुस्तक ११ भुं.]

जान्युआरी १९१८.

[ अंक १ दो.]

### Health.

"Health is, indeed, so necessary to all the duties as well as pleasures of life, that the crime of squandering it is equal to the folly; and he that for a short gratification brings weakness and diseases upon himself, and for the pleasure of a few years passed in the tumults of diversion and clamours of merriment condemns the maturer and more experienced part of his life to the chamber and the couch, may be justly reproached, not only as a spendthrift of his happiness, but as a robber of the public; as a wretch that has voluntarily disqualified himself for the business of his station, and refused that part which Providence assigns him in the general task of human nature."

—Samuel Johnson.

Health, brightest visitant from heaven,

Grant me with thee to rest!

For the short term by nature given,

Be thou my constant guest!

For all the pride that wealth bestows,

The pleasure that from children flows,

Whatever we court in regal state  
That makes men covet to be great;  
Whatever sweets we hope to find  
In Love's delightful snare;  
Whatever good by Heaven assign'd,  
Whatever pause from care:  
All flourish at thy smile divine.  
The spring of loveliness is thine,  
And every joy that warms our hearts,  
With thee approaches and departs."

—Robert Bland.

## The Simple Life.

Men's rich with little, were his judgment true ;  
Nature is frugal, and her wants are few ;  
These few wants, answer'd, bring sincere delights ;  
But fools create themselves new appetites.

At thirty, man suspects himself a fool,  
Knows it at forty, and reforms his plan ;  
At fifty, chides his infamous delay,  
Pushes his prudent purpose to resolve,  
In all the magnanimity of thought ;  
Resolves, and re-resolves, then dies the same.  
And why? Because he thinks himself immortal.  
All men think all men mortal but themselves.

—Edward Young.

## Man's Best Friend—Water.

Travel the world from end to end  
You never will find a better friend  
Than sparkling water, pure and free,  
Most precious boon to you and me.



It cheers the faint, it crowns the feast,  
Makes food to grow for man and beast ;  
In sickness soothes the fevered frame,  
There's healing in its very name.  
And what can more life-giving be  
Than cooling breezes from the sea  
Whose bosom bears upon their way  
The stately ships from day to day ?  
A treasure trove of priceless worth,  
A jewelled belt for mother Earth,  
Encircling with its silvery bands,  
She binds together many lands.  
To cure disease dame Nature brings  
Her remedy in mineral springs ,  
Water without, water within,  
Equally good for stout or thin ;  
And more than man can e'er devise  
Invigorates and purifies.  
*Travel the world from end to end,  
You ne'er will find a better friend*

## દીર્ઘાયુષ્ય અને આરોગ્યની પ્રાપ્તિ વિષે સુપ્રસિદ્ધ એસફ એડીસનના મનનીય વિચારો.

‘ એરેમીયન નાઇટ્સ ’ માં એક મહા વ્યાધિથી પીડાતા અને ઘણા ઉપાયો કરવા છતાં સાજા નહિ થયેલા એક રાજાની વાત છે. છેવટે એક વૈદે તેને નીચે લખેલા ઉપાયથી સાજો કર્યો હતો. વૈદે એક લાકડાનાં પોથો દોઝા મુઠાળો અને તેમાં કેટલાંક આપમેળે ભરીને એવી સગડ રીતે સાંધી દીધો કે જ્યારે કશું દુખ નહિ. તેનીજ રીતે તેણે એક ગેડી અથવા લાકડી લેઈ તેમાંથી હાથો અને જે ભાગ દ્યારે વાજે છે તે ભાગ કોતરી કાઢી પેલા ગોળાની આકૃતિ તેમાં પથુ કેટલીક દવાઓ ભરી બંધ કરી દીધો. પછી તે ચિકિત્સકે પોતાના દરદી રાજાને દરરોજ સવારે પ્રસન્ન પળે ત્યાં સુધી આ બરોગર રીતે તૈયાર કરેલાં યંત્રો (ગેડીદોઝા-લાકડી અને ગોળા) પડે કમરત કમર કરાખાં. એવું કહેવાય છે કે લાકડામાંથી પરસેવા રૂપે આ દવાઓના શુભૃથી રાજાનું અંત્ય અસાધ્ય ઉપાયોથી નહિ મળેલું દરદ આ ક્રિયાથી નાશ પામ્યું. આ વાત આપણને વ્યાયામ અથવા દારીરિક પરિશ્રમ આરોગ્યને

માટે કેટલો આવશ્યક અને મુશ્કેલી છે તેનો સારી રીતે બોધ કરે છે. આરોગ્યના સંરક્ષણને માટે કસરતની કેટલી બધી જરૂર છે તે આપણા શરીરના બધારણ તેમજ રચના પરથી સ્પષ્ટ જણાય આવે છે. આ ઉપરાંત આદિ હું આરોગ્યસંરક્ષક એક એવા મહાન સાધન વિશે ભલામણ કરવા માણું છું કે જે ઘણે પ્રસંગે કસરત જેટલોજ લાભ આપે છે, અને જ્યાં કસરત લેવા માટે અનુકૂળતાઓ હોતી નથી ત્યાં ઘણે ભાગે કસરતની મરજ સારે છે. આવી જે આરોગ્યને વધારનારી અને સાચવી રાખનારી બાબત વિશે હું કહેવા માણું છું તે મિતાહાર છે. મિતાહાર આરોગ્ય પ્રાપ્તિનાં અન્ય સાધનો ઉપરે સરસાઈ ભોગવે છે. ધારણ કે સર્વ સંજોગોમાં સર્વ સ્થિતિમાં માણુઓ ગમે તે જગ્યાએ અને ગમે તે સમયમાં તેનો લાભ લેઈ શકે છે. ધનનો ખર્ચ, ધવાને હાનિ, કે વખતનો વ્યય થયાં વિના મનુષ્યો તેનો લાભ લેઈ શકે છે. જે કસરતથી શરીરમાંથી જ્યાં નકામી તરનો નિકળી કે બગી જાય છે, તે મિતાહારથી તેવાં તરનો શરીરમાં ઘણા થતાંજ અટકે છે. જે કસરતથી નાડીઓ યુદ્ધ થાય છે તે મિતાહારથી તે બહુ ટુલી જતી કે ખેંચાતી અટકે છે. જે કસરતથી શરીરની સજ ધાતુઓ અને વાત-પિત્ત-કફ આદિ દોષો સમતોલ રહે છે, અને શ્વિરાનિસરણ વેગવાન અને છે તે મિતાહારથી શરીરનું જીવન પુર બહારમાં-અંતરમાં ખીલી નિકળે છે, અને પેતાનું નિર્મિત કાર્ય યથાચોગ્ય રીતે કરવાનું સંપૂર્ણ બળ પ્રાપ્ત થાય છે. જે આંગ-તુક વ્યાધિના દહને કસરત વિશેષી નાંખે છે, તે મિતાહાર વ્યાધિના આવાગમનનો અગા-ઉચ્ચ નિરોધ કરે છે.

જે મનુષ્યો મનોનિગ્રહ કે સાવચેતીના અભાવને લીધે મિતાહાર કે કસરત સેવી શક્તાં નથી તેમને અરેજમાં આપણે કે દવાઓ સેવવી પડે છે. જે કે કેટલાક તીવ્ર વ્યાધિ આરોગ્યનાં આ જે મુખ્ય સાધનો—કસરત અને મિતાહાર—ની ધીમી; કિપાને જલદી વસ થતા નથી તેથી ત્વરિત દુઃખસમનાર્થે કરચિત પ્રયત્ને આપણેની જરૂર પડે છે, પરંતુ જે માણુઓ નિયમીત રીતે મિતાહાર ને કસરતનાં ઉપાસક અને તે દવાઓની દડી જરૂર પડે નહિ.

આ સંબંધમાં એ જાણવા જેવું છે કે અંગમહેનત કરી નિર્વાહ કરનાર ખેડૂન અને રજારી જેવા અનાહારી, અને શિકાર ઉપરજ આનિ પરિશ્રમે ઉદરપરણ કરનારા ગાંધારી, લોકો એકંદરે બહુજ તંદુરસ્ત, બમવાન અને દીર્ઘાયુ હોય છે. તેવા લોકોને ચન્દ્રકિયાઓ, દસ ખોલીને લોકો કાઢનાના અવિચારી ઉપાય, જોગ વગગાદરી, સજ વુલાઓ વડે શરીરને કીણુ કરી નાંખવાની પદ્ધતિ, અને જન જતની વિભવ દવાઓ, ઇલાદિ ઇલાદિ અસ્વા-ભાવિક સાધનોને ધરજે જવું પડતું નથી, પણ તેવા ઉપાયોની મદદ તો અમિતાહારી અને આજસુ મનુષ્યોને જ લેવી પડે છે. આ બધા જત જતના ઉપાયો અને ક્રિયાઓ જે આપણામાં હાલમાં પ્રચલિત થયેલ છે તે સર્વ ફક્ત લોકોને મોજ-શોખ અને એક-આર-મવાળું જીવન ગાળવામાં આકર્ષતરી રીતે અને તેટલું ઉત્તેજન આપવા માટેની છે. રમોષ-આઓ અને કલાશોએ, તથા અનીનિદા ધણે કરનારી સ્ત્રીઓએ પેશ કરેલી અનેક તુકસા-મકરક અસરો અને વ્યાધિઓને દુર દરવામાંજ દબેયાં વૈચ-ગાંઠર-ચત્રૈવો રોકાવસા રહે છે. પેતાનાં જાન અને કુટુંબનું માટે આજી દુનિયામાં પહોંચેલા મહાત્મા ઇરોજિનિસ વિશે એમ કહેવાય છે કે, એક વખતે એક વુદ્ધન માણુસ જ્યાં જાનવાનની ખૂજ વિપુવના હતી એવી એક જગ્યાવારમાં જાય લેવા જતો હતો તેવામાં જવું કાંઈ મહાન અપ્રત્યા-ક્રમ પાતાં નેને સદ્માએ પેને ગજાની લીધો હોય તેમ ઇરોજિનિસે નેને પકડી લીધો.

અને પછી મધ્ય મહેનતે લેણ જઈને તેને તેનાં સર્ગાં સમધી અને મિત્રોને સોંપી દેતા. આ મહાત્મા જે હાલના ઇશ્કી, શરાબી, અમે બધાંજોના જગાનામાં હયાત દોત તે શું દેહત તેની કલ્પના કરવાનું કામ અમે વાંચકોને જ મોંઘીએ છીએ. છતાં જોઈશું તો પુઝ્યા વિના નથી રહેવાતું કે ભાતભાતનાં બોજનો, પકવાનો, અપ્રાણાં, રામતાં, ચટણીઓ, બજ્યાં, પાપડ, વડાં, વડીએ, વગેરે સંખ્યામંથ અનાગવાધી ભરેલી પત્રાવળીઓથી પેટ દાંસના બેડેલા લોકોની પગન મહાત્મા રામોદિનિમે હાલના વખતની જોષ હોય તો તેનાં બોજનો પુરાં પાડનારને રાક્ષસ અને જમનારને પામન કે ગાંધ ગણી તે બરાબરને પરહેજ કે કેદ કરવા કમવવાની તત્ત્વની જરૂર કરે એમ શું આપણે ન કહી શકીએ ? આ તરેહવાર અને નિયમ પદાર્થોનું ગિચાણુ સરીરમાં જમ કે ની ચિકિત્સાઓ અને આરાગાત્મિક પરિસ્થિતિ ઉત્પન્ન કરે તે કહેવા કરતા કલ્પનું જીવં પશી. ભૂખ કરતાં વધારે ખાવાને લલચાવનારી મશાલેદાર લોજનોથી ભરેલી થાણ હું બધારે જોઈ છું ત્યારે તે થાણની અંદર ત્રિવિધ પ્રકારના રોગો સંતાઈ રહ્યા હોય એવો મને ખ્યાલ આવ્યા વિના રહેતો નથી.

મનુષ્ય સિવાય કુદરતના અન્ય સર્વ જાતો ધણુ જ સાન અને નિર્વિકારી અહાર-ભાજ જાનદ મને છે. મનુષ્ય સિવાય પશુ અંગ પ્રાણીઓ કોઈને કોઈ એકજ જાતના ખોરાક ખાસ કરીને ખાય છે. એકને કે અન્ય પ્રાણીઓ દાણા અને બાજનાનો જ ખાય છે, અન્ય પ્રાણીઓ દાણા અને ખીયાં જ ખાસ કરીને ખાય છે, ખીયાં જાનવરો વગી ફીટ પતંગ કે મત્સ્ય આદિ ખાઈને જ નિર્વાહ કરે છે, અને કેટલાક પશુઓ માત્ર માંસાહાર જ કરે છે. પરંતુ મનુષ્ય જન તો ઉપર કહેલો સર્વ ચીજો ઉપરાંત પણ આકાશમાં કે જમીનમાં, પૃથ્વી પર કે પાણીમાં, રહેલ કોઈ પણ ચીજને અને ત્યાં સુધી ખાવાના ઉપયોગમાં લેવા ચુકતો નથી.

મિતાહારના વિષે એકસ નિયમ ઘડીને ચુકેલ છે, કારણ કે એકને માટે જે મોજ શોખ કે અકરોનીયાપણું ગણાય તે બીજાને માટે મિતાહાર કરી શકે છે. પરંતુ હુનિયામાં એનાં મનુષ્યો બધોજ હમે કે જોએને કયા પદાર્થો કેટલા પ્રમાણમાં પોતાને માફક આવે છે તેની અભ્યાર અગમ્ય ખવડ પડી મઠ ન હોય. જે મારા વાચકોને હું મારા દરદીઓ ધારી એક સર્વ સામાન્ય-નિયમનો બોધ કરે તો એક પ્રખ્યાત વૈદના શબ્દોમાં એમ કહું કે “એકજ જાતના પદાર્થથી તમારી જોજનકિયા પુરી કરો. જે બીજા પદાર્થ ખાજો તો વધારામાં માફક હોજક પદાર્થો પીજો કે ખાજો નહિ. દરેક જાતનાં અપ્રાણાં, ચટણીઓ, રામતાં, વગેરે મશાલાવાળા પદાર્થોનો ત્યાગ કરજો. જે તેમ નજ બની શકે તો જંગ અને તેમ જોજા અને માલ મશાલાવાળા પદાર્થો ખાજો.” જે મનુષ્ય આપા સાદા નિયમોને વૃણગી રહે તો તેને અકર્મનીયાપણાને હોપ લાગવાનો બહુ સમય રહેશે નહિ. એક પક્ષે ત્રિવિધ પ્રકારનાં જોજનોવડે જરૂર કરતાં વધારે ખાતા તે અપેદ, અને અન્ય પક્ષે અનાવ-શ્યક મરીંગમાવાળી ઘતાં નુક્યાનોથી અગી જન્ય. પરંતુ સંસાર વ્યવહારની પ્રપચઅગમાં કસેલો મનુષ્યો ઉપર કલા તેના નિયમો ખરાબર પાજવા જેટલી સાવજેતી હમેશાં ગણે જો અસંભરીત દોવાધી સંકિત અતુસાર નિયમીન રીતે ઉપરાસના દિગો નક્કી કરી તે દિવસે નિમગરી કે કનમ રૂજાહારી રહેનાગી ટેવ પાડવી એ ઘણું આવશ્યક યથ પડે છે. નિયમીત રીતે આપા ઉપવામ કરનાની ટેવથી વ્યક્તિનાં મૂળ સરીરમાં ઉડા ઉતરતા અટકે છે, એટલુંજ નહિ પણ રોગનું બીજરોપણુ ચર્તું પણ પછી વાર અટકે છે, અને કયેલાં દરો રહે

યદ્ય જ્ય છે, અગર તેમનું જોર કમી પડી જાય છે. મિતાહારને મનુષ્ય બચકર મહામા-  
રીઓ અને એવી ઉક્તા રોગના સપાટામાંથી કેવો જાય જાય છે તેનો દાખલો ઇતિહાસ  
પુરો પાડે છે કે: એક વખતે એવેન્સ શહેરમાં એક વખત અતિશય બચકર મહામારી  
ચાલી હતી કે જેનાં ત્રાસદાયક વર્ણનો હજુ સુધી જળવાઈ રહ્યાં છે, અને જે વખતે પો-  
તાની આસપાસનાં મનુષ્યો માખીઓની માફક ટપોટપ મરણને શરણુ થતાં હતાં તે વખતે  
માત્ર મિતાહારના કવચથી સંરક્ષાયેલા મહાત્મા સોક્રેટિસ નિર્ભયપણે ત્યાં વિચરતા હતા  
અને છતાં તેમને આંચ સરખી લાગી નહોતી.

એક તરફ રાજા મહારાજાઓ, ઉમરાવો અને ધનિકો તથા ખીજ તરફ સાધુ સંન્યા-  
સીઓ, મહાત્માઓ અને તત્ત્વજ્ઞો એઓનાં જીવનને પરસ્પર સરખાવી જોતાં જે એક વાતે  
મારા મનપર ખાસ અમર કરી છે તે અંગે જણાવ્યા વિના મને ચાલતું નથી. પહેલા પ્રકા-  
રનાં મનુષ્યો “માઓ, પીઓ, ને હોર દરો, દાલ કાણે દોડી છે?” એ નિયમને અનુ-  
સરી, રોગી, પીડિત અને અસ્થાયી, નિરૂપયોગી જીવન ગાળનારા મોટે ભાગે યદ્ય ગયા છે.  
જેથી હલકું અન્ય પક્ષે સાધુ-મહાત્મા-તત્ત્વજ્ઞો બહુધા જિતેન્દ્રિય, મિતાહારી, સરલ, શાન્ત  
નીરોગી, સુખી, પરાપક્ષી અને દીર્ઘ જીવનના ભોક્તા થઈ ગયા છે. પરંતુ મુખ્યત્વે કરીને  
મિતાહાર વડેજ એક સો દરતાં પણ વધારે વર્ષનું દીર્ઘ જીવન ગાળનાર તરીકેનો ધણુજ  
ધ્યાન ખેંચનારો ઐતિહાસિક અને મુખ્યસિદ્ધ દાખલો હાઈ કોરનેરોનો છે. આ ગૃહસ્થ  
પોતે એક ધણુજ ધનાઢ્ય ઉગરાવ હતા, અને ચાલીસ વર્ષના યમા ત્યાં સુધી બહુ નિર્ભય  
અને રોગી હતા. પરંતુ તે પછી ચોવીસ કલાકમાં સાદા પ્રકારના માત્ર બાર ઑંસ સુકા  
ખોરાક ઉપરાંત એક તદ્દપુર પણ અધિક આહાર નહિ કરવાના અને ભોજનનો સમય બરા-  
બર નિયમિત રીતે સાચવવાના બદલ આગ્રહ વડે પોતાનું આરોગ્ય આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેટલું  
મુશ્કારી થઈ ગયા હતા, અને “લાંચુ” તથા લગ્નદરર જીવન લોગચવાની અભિધા-  
નના ૧૧ એ નામનું પુસ્તક પોતાની ઝેંશી વર્ષની વયે બહાર પાડી, તેની ત્રીજી અને ચોથી  
આવૃત્તિ પણ પ્રસિદ્ધ થયેલી જોવા ભાગ્યશાળી થયા હતા. આવી રીતે એક ચતાબ્દિ-સેકા  
દરતાં પણ અધિક વર્ષ જીવી, કોઈ જન્મનું દુઃખ કે દરદ ભોગવ્યા સિવાય જાણે મીઠી મ-  
ધુરી નિદ્રા લેતા દોષ તેમ શાશ્વત શાન્તિપ્રદ મૃત્યુચક્ષામાં તેઓ પોદી ગયા હતા. મિતા-  
હાર અને નિયમિત જીવનના લાભ સિદ્ધ કરનાર સાચું દૃષ્ટાંત આના દરતાં વધારે સારૂ  
બાએજ મળી આવશે.\*

—મદલ—

## વૈદકીય પ્રશ્નોત્તર.

(લેખક: ડૉક્ટર મહાદેવ પ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ, એન. ડી.)

(અનુસંધાન મન વર્ષના પૃષ્ઠ ૪૪૭ થી.)

૨૩૩. પ્રશ્ન:—શું પત્થરમાં જીવ છે?

ઉત્તર:—આ એક અતિ ગંભીર અને મહાન પ્રશ્નનો ઉત્તર ‘જીવ’ શબ્દની આપણી  
આપ્ત દેખર આધાર રાખે છે. જ્યાં ચોટવી વાન તો નક્કી છે કે પ્રાણીઓ અને વન-

\* “રિપ્લેટર” પત્રમાં તા. ૧૩ મી ડિસેમ્બર ઇ. સ. ૧૯૧૧ માં પ્રસિદ્ધ થયેલ એક  
પ્રશ્નનો મુખ્ય મુદ્દો અનુવાદ.

રૂપિત ને કેટલીક ક્રિયાઓ કરે છે તે કોઈ પણ પથર કરી શકતા નથી. દાખલા તરીકે પથર શ્વાસોચ્છાસ લેતા નથી, તેવીજ રીતે છેદન દબકામાં દબકાં પ્રાણીઓ પણ ને કેટલીક ક્રિયાઓ સહન રીતે કરી શકે છે તે ક્રિયાઓ પથર મુદ્દસ કરી શકતા નથી એમ જોવામાં આવે છે. આથી કરીને જો કે તર્કશાસ્ત્ર અને ફિલસૂફીની અતિ સૂક્ષ્મ દલીલોવડે એમ સાબીત થઈ શકે છે કે પથરમાં પણ જીવ છે, પરંતુ સાધારણ જીવિતી તો એમજ જણાય છે કે પથર સજીવ નથી, અગર તો તેમાંનો જીવ કે ચેતનતત્ત્વ ખૂંડે સુષુપ્ત વા નિગૂઢ ( Latent or potential ) અવસ્થામાં અપ્રકટપણે રહેલું હોય છે. પરંતુ આટલાથીજ તમારા પ્રશ્નોના સંપૂર્ણ ઉત્તર મળી રહેતો નથી; કારણ કે એ વાત નિર્વિવાદ રીતે સિદ્ધ થઈ ચૂકેલી છે કે જીવતાં પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિનાં શરીરો રચવા માટેના રમૂજ પદાર્થો કે સાધનો પથરો પુરા પાડી શકે છે, અને તેવીજ રીતે તે શરીરોના નાશ થતાં તેમાંથી પુનઃ પથરો બની શકે છે. આ કારણથીજ ત્યાગી ધર્મનિષ્ઠ પુરો અને તત્ત્વજ્ઞ મનુષ્યને ધણીવાર “ માટીનું ” માનવી ” કહે છે. તે એક રીતે ખરું છે. પથરનાં ખડકો, પેત્રી, માટી, ઇત્યાદિમાં સામાન્ય રીતે રહેલું જે એક અગત્યનું તત્ત્વ છે તેને ઇંગ્રેજમાં “ સિલિકન-Silicon ” કહે છે, અને સજીવ શરીરના બધારણમાં પણ તે આવશ્યક ઘર્ષ પડે છે. દાખલા તરીકે ધર્મમાં અને ખાસ કરીને ધર્મના પુણામાં અને પ્રાણીઓના શરીરમાં આ સિલિકન તત્ત્વ ખાસ રહેલું જ હોય છે. એટલે કે જેને આપણે કેટલીક વાર “ Dead matter ” નિર્જીવ પદાર્થ કે પ્રકૃતિ-દ્રવ્ય કહીએ છીએ તેજ સજીવ-નિર્જીવ જીવ માત્રની માતા “ Mother of life ” છે, અને દરેક વનસ્પતિ તથા પ્રાણીને જીવતાં રહેવા માટે પ્રતિફળ હવા-પાણી-ખેરાકતના રૂપમાં આ “ જીવ ” કહેવાતું દ્રવ્ય પોતાનાં શરીરમાં સીધાજ દરખું પડે છે. આ બધા ઉપરથી એજ વાત નક્કી થાય છે કે આજુ, ખરમાણ, પથર, વનસ્પતિ, પ્રાણી અને મનુષ્ય એ સર્વેના સર્જન અને સંહારનું કાર્ય એકજ મહા શક્તિ વડે થયાં કરે છે, The Power “ whose dwelling is in the light of setting suns and the round ocean and the living air and in the mind of man ” “ જેનો નિવાસ સૂર્યાસ્તોના પ્રકાશમાં, ચતુર્દિશ વિસ્તરેલા મહાસાગરોમાં અને પ્રાણીવાયુમાં, અને મનુષ્યોના મનમાં છે.

૩૪. પ્રશ્ન:—પ્રકાશ આપણને પ્રકાશ શાથી આપે છે ?

ઉત્તર:—પ્રથમ દૃષ્ટિએ તો આ સવાલ આપણને મૂર્ખાઈ બેરેસો લાગશે, પરંતુ ખરી રીતે તે એક મૂઢ અને વાળખી પ્રશ્ન છે. કારણ કે હવામાં થતાં એક પ્રકારનાં મોજાંને અદ્યક્ષ કરી કાન આપણને તેનું અવાજ કે સંજ્ઞા રૂપે જ્ઞાન કરાવે છે, અને તેવીજ રીતે આકાશતત્ત્વ ( Ether-ધથર ) માં થતાં બીજા પ્રકારનાં મોજાં કે આન્દોલનોને અદ્યક્ષ કરી આંખ આપણને તેનું પ્રકાશરૂપે જ્ઞાન કરાવે છે, એ વાત ખરી છે. છતાં ખરી વાત તો એ છે કે હવાનાં મોજાં મગજમાં શબ્દનીજ લાગણી, અને આકાશતત્ત્વ (ધથર)નાં મોજાં પ્રકાશનીજ લાગણી, આપણા મગજમાં કેમ ઉપજાવતાં હશે ? એટલે કે, દાખલા તરીકે તેનાથી ઉચ્છીન્ન ક્રિયા—હવાનાં મોજાંથી પ્રકાશની, અને આકાશનાં મોજાંથી શબ્દની લાગણી—શા માટે ને થવી જોઈએ ? આ પ્રશ્નોના માત્ર એટલેજ જવાબ આપણે આપી શકીએ છીએ કે પરમાત્માએ આપણા મગજની રચનાજ એવા પ્રકારની રચેલી છે. પણ

માનસશાસ્ત્રના એક ઉડા અભ્યાસી પ્રોફેસર જેમ્સ હેલે છે તેમ આપણે એની દૃષ્ટના દરી શકીએ છીએ કે જેને ધાનમાંથી નિકળતા જ્ઞાનતંતુઓ મગજમાં આવેલા જોવાનું કામ કરતા ભાગની સાથે જોડાયેલા હોય, અને આંખમાંથી નિકળતા જ્ઞાનતંતુઓ સાંત્રિવાનું કામ કરતા મગજના ભાગ સાથે જોડાયેલા હોય તો સિતારના સુમધુર સ્વરો કે કોઇ ગાયનાચાંચનું ગાયન આપણે જોઈ શકીએ, અને એક સુંદર રંગીન ચિત્ર આપણે સાંભળી શકીએ. ખીજા શબ્દોમાં કહીએ તો જોવાનું કામ મગજનો એક ભાગ કરે છે, સાંભળવાનું કામ મગજનો ખીજો ભાગ કરે છે, અને ધાન તથા આંખ એવો માત્ર મોજા કે આન્દોલનોને ગ્રહણ કરી મગજના તે તે ભાગને પહોંચાડનારાં બહારનાં સાધનોજ છે. આ સંજ્ઞામાં એક જણવા જેવી વાત એ છે કે એવાં કેટલાંક મનુષ્યોનાં પ્રમાણભૂત દૃષ્ટિના નોંધાયેલાં છે કે જેઓનાં બંધારણજ એવા પ્રકારનાં હોય છે કે મગજનો એક ભાગ બહારથી આવતાં આન્દોલનોથી ક્ષોભિત થાય ત્યારે પેરાક્ષ (આકસ્તરી). રીતે મગજનો ખીજો ભાગ પણ ક્ષોભને પામે છે. દાખલા તરીકે એક અવાજને લીધે શબ્દ ગ્રહણ કરનારો મગજનો ભાગ જન્યુત થાય છે, એટલુંજ નહિ પણ જોવાનું કામ કરનારો મગજનો ભાગ પણ અચ્ચ બને છે. આવી ક્રિયાને સાંસર્ગિક વા અનુસંગી લાગણીઓ (Associated sensations) કહે છે. આવાં મનુષ્યોના વિશે આપણે એમ કહી શકીએ કે અવાજ પ્રકાશને ઉત્પન્ન કરી શકે છે. કારણ કે આવાં મનુષ્યો ત્યારે, દાખલા તરીકે, ઘેરી (Trombone) નો નાદ સાંભળે છે ત્યારે તેજ સમયે તેમને લાસ રંગ દેખાય છે, અથવા જ્યારે તેઓ ખીજા કાંઈ વાદ્યનો સુર સાંભળે છે ત્યારે તેમને વાદળી વર્ણ દેખાય છે. આવાં મનુષ્યો ધણીજ અસામાન્ય આપણને લાગે છે, પરંતુ તેમના વાસ્તવિક અસ્તિત્વની વાત તો નિશ્ચિતપણે સિદ્ધ થયેલી છે.

૩૫. પ્રશ્ન:—કેટલીક સ્ત્રીને પુખ્ત વયનાં મનુષ્યોને માટે સારી હોાય છે તેજ સ્ત્રીને છોકરાંને કેમ નુકસાન કરતી હશે?

ઉત્તર:—ખરી વાત તો એ છે કે જાળકો અને પુખ્ત વયનાં મનુષ્યો વચ્ચે બહુ મોટો ભેદ નથી હોતો, અને તેથી જે સ્ત્રીને જાળકોને માટે ખરેખર નુકસાનકારક હોય છે તે સ્ત્રીને મોટાં માણસોને માટે પણ બહુ સારી હોતી નથી, પરંતુ એટલું તો ખરૂં છે કે અમુક વસ્તુઓ જે જાળકોને ધણુંજ નુકસાન કરી શકે છે તે વસ્તુઓ મોટાં માણસોને હાનિ કરતી હોય એમ જોવામાં આવતું નથી. આમ યવાનાં ત્રણ કારણો છે. પ્રથમ વાત તો એ છે કે જાળકોનાં શરીરો નાના હોવાથી નુકસાનકારક સ્ત્રીને પ્રમાણમાં ધણી ઘોડી હોય તો પણ જાળકોને હાનિ પહોંચાડી શકે છે એ સ્વાભાવિક છે. ખીજું કારણ એ છે કે નુકસાનકારક વસ્તુઓથી પોતાનું રક્ષણ કરતાં શીખવાની મદદ અને અન્ય શક્તિ મનુષ્ય શરીર ધરાવે છે, અને તેથી ધણાં વર્ષોના અભ્યાસ કે ટેવને લીધે કેટલીક હાનિકર્તા વસ્તુઓ, જેની કે તમાકુ-અશીષ-દારૂ, મોટી વયનાં મનુષ્યો દેખીતા નુકસાન વગર વાપરી શકે છે, પરંતુ તેની ટેવથી મેગરેલી સ્વરક્ષણની શક્તિ વગરના જાળકો તે વસ્તુઓના એકાએક ઉપયોગથી મદદન વિપતિ કે મરજનાં ભોગ ઘણ પડે છે. જાળકો અને મોટી વયનાં મનુષ્યો વચ્ચેનો આ પ્રકારનો તફાવત માત્ર ઉંમરનો નહિ જન્મ દોષોજના અભ્યાસ કે ટેવનોજ છે. કારણ કે ટેવ વગરનો પુખ્ત ઉંમરનો માણસ પણ જે અશીષ-દારૂ-માંને કે એવી ઝેરી ચીજ

પહેલીજ વાર વાપરે છે તે તેને સખત પીઠા ભોગવતી પડે છે. પરંતુ હવે બાકી રહેલું નીલું કારણ સૌથી વધારે અગત્યનું છે. અને તે એ છે કે દરેક પ્રાણી જ્યારે વૃદ્ધિની કે ઉછરતી અવસ્થામાં હોય છે ત્યારે તેમને સૌથી વધારે તુકસાન થઈ શકે છે. એક રીતે આ વાત સર્વ કાંઈ સમજી શકે તેમ છે, કારણ કે અરેબર પૂર્ણ વિશ્વાસ અને વૃદ્ધિને પામેલા શરીરને તેની સ્થિતિમાં ટકાવી રાખવું તેના કરતાં ક્રમશઃ સર્વ અગોપાગેનો મધ્યોચ્ચ વિશ્વાસ અને વૃદ્ધિ કરવાનું કામ ધણુજ વધારે અપરં, શુભવાકાબરેલું તથા નાજુક છે, અને તેમાં ખરેખરે માર્ગ જ્યારે એક જ છે ત્યારે આકા, ઉષા, અને ખોદા રસ્તા હજારો છે, કે જે રસ્તે ચઢી જવાથી શરીરના સુંદર બધારણ બધાવામાં હમેશની પામી આવી જાય છે. શરીરના વિશ્વાસ અને વૃદ્ધિને જેમણે સૂક્ષ્મ અભ્યાસ કર્યો હોય તેઓજ બરાબર સમજી શકે છે કે, 'તમાકુ, અરીસ, ઘણે જેવાં ડેરોની ઉછરતાં કે વૃદ્ધિ પામતાં બાળકોનાં શરીરો ઉપર કેટલી ગંભીર અને ગાઢી અસર થાય છે.

૩૬. પ્રશ્ન:—ધોપનના આરંભ સમયે ઊકરાઓના કંઠ-સ્વર ફાટી જઈ જાડો થઈ જાય છે, અને ઊકરાઓના કંઠ ઝીણો, મીઠો, અને કોમલ ઠાયમ રહે છે, તેણે કારણ શું હશે?

ઉત્તર:—જ્યારે કાંઈ ઊકરાનો કંઠ-સ્વર ફાટે ત્યારે એમ સમજવું કે તેનું દરરૂપાદક કંઠસ્થાન (Larynx or voice-box) ધણું મોટું થઈ ગયું છે, પરંતુ એક બાળા-ઊકરા સમય જતાં પીઠા સ્ત્રી જતી રહે છે ત્યાં સુધી શરીરનાં અન્ય અંગ-ઉપાગોની મારફતે તેનો સ્વરોત્પાદક કંઠનાલ પથ ક્રમશઃ વૃદ્ધિ પામતો જાય છે તેથી સ્ત્રીઓના અવાજ કે સાદમાં એકાએક મોટા ફેરફારો થતાં જેવાંમાં આવતા નથી. પરંતુ ઊકરાઓ તે જ વધારે અગત્યને કારણે પદર વર્ષની વયે રહોયે છે ત્યારે તેમના સાદ કે કંઠમાં એકાએક ખાસ ફેરફાર આરંભાય છે. આનું કારણ એમ જણાય છે કે પુરુષોનો અવાજ અધિક ગાંઠો અને મોટો થાય એમ હૃદયતની યોજના કે ઇચ્છા હોય છે. અને તે હેતુ પાર પાડવા માટે પુરુષોના ધોપનના આરંભ કાળે તેમના કંઠમાં આવેલી સ્વરોત્પાદક પેટી (લેરિક્સ=Larynx) એકાએક વિશાળ, અને અવાજના મિત્ર મિત્ર તાર લાંબા, ઘઈ જાય છે. સર્વે ઊકરાઓના કંઠ-સ્વરની બાબતમાં આમજ જનનું નેષજો એવો કાંઈ અમાધિત નિયમ નથી, પરંતુ એક મામાન્ય નિયમ તરીકે જલુધા તેમજ જનનું બોવામાં આવે છે. પરંતુ કેટલાક ઊકરાઓનો સાદ કે અવાજ ક્રમશઃ ઉતરતા ઉતરતા સમકનો (ગાંઠો અર્થે બારે) થતો જાય છે. આમ સૈને: સૈને: જનવાને બરો ઉપર કલા પ્રમાણે એકદમ ફેરફાર થઈ જાય છે ત્યારે ઊકરાઓ શરૂઆતમાં પોતાના કંઠનો કુદળના પૂર્વક સરળતાથી ઉપયોગ કરી શકતા નથી અને તેથી જુવાનીની શરૂઆતમાં ઊકરાઓ બોલતે બોલતે ધડીત્રનાં તીણા અને ધડીકમાં એકાએક ગાંઠો (ધોપરો) બારે સુર કે અવાજ કાઢે છે. પરંતુ આનું જલુ વખત ચલવું નથી. જેમ એક નાનકડી સારંગી કે તીણા બરાબર વગાડનાં શીખેલા માણસના હાથમાં એકાએક મોટી અને સંપૂર્ણ પીણું ધ્રુવમાં આવે તે તે પ્રથમ થોડાક કાળ શુભવાકામ પડી જાય છે, અને તેના સ્વવિધાનમાં દરમિત કમિત રમવાનો શાપ છે, તેજ પ્રમાણે ધોપન કાળે એકાએક કંઠના સાધુઓ જેના થેલો અને બારે, તથા સ્વરોત્પાદક તાર જેના લાંબા, બની નથા છે એવા છેડાંને જુવુ પોતાની કંઠનો કુદળતા પૂર્વક ઉપયોગ કરવામાં શુભ.

વાડો અને જુદો થાય છે, પણ અદ્ય સમયમાં તે પોતાનું કામ શીખી લે છે.

૩૭. પ્રશ્ન:—શું ઝીણામાં ઝીણી ચીજો પણ બેઠાં સંભવિત છે ?

ઉત્તર:—પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓએ અત્યાર સુધીમાં જે ઝીણામાં ઝીણી ચીજો શોધી કાઢી છે તે વિદ્યુતના અતિચમ અદ્ય સમુદાનો બનેલ “ઇલેક્ટ્રોન” Electron છે, જે હમણે અને લાખોના એકમ મળવાથી પ્રકૃતિનાં પરમાણુઓ (ઍટમ્સ=Atoms) બને છે. હવામાં હિટ્તા એક ધૂળના રજકણના કરતાં એક મોટા દોડા જેટલો મોટો હોય છે, તેટલાજ પ્રમાણમાં એક ઈલેક્ટ્રોનના કરતાં પદાર્થના પરમાણુ (ઍટમ્સ) મોટાં હોય છે. તેમ છતાં કોઈ પણ સાધન વડે હજુ પરમાણુઓ (ઍટમ્સ) ન કોઈથી બેઠાં શક્યાં નથી તો પછી ઈલેક્ટ્રોનને બેવાની તો વાતજ શી કરવી ? કારણ કે કદાચ બે આપણે સારામાં સારું કે જળસમાં જળરં એક સૂક્ષ્મદ્રવીય ચંદ્ર લઈએ અને ઝીણી વસ્તુઓ બેવા માટે વધારેમાં વધારે સારો પ્રયત્ન જે જામલી રંગનાં ફિરણો તેના ઉપયોગ કરીએ, અને બીજા પણ સર્વ પરિસ્થિતિ કે પરિવેશન બની રહે તેટલાં અત્યુદ્ધાન બનાવીએ તો પણ જે ઝીણામાં ઝીણી ચીજ આપણે બેઠાં શકીએ તે એક પરમાણુ (Atom) નાં કરતાં લગભગ પાંચ હજાર ગુણુ મોટી હોય છે. અને ઉપર આપણે બેઠાં ગયા છીએ કે એક ઈલેક્ટ્રોનની અવેક્ષાએ ઍટમ અથવા પરમાણુ તો અતિચમ મોટું અને ગંભીર હોય છે. હાલના પ્રધાર્યવિજ્ઞાનશાસ્ત્રની ગાર્વતઃ પ્રમાણે ઈલેક્ટ્રોન એ જગતમાં સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ ચીજ છે, અને વળી સોનું, લોહ, ગાદી, કોલસા પાણી કાચાદિ સર્વ જગતના પદાર્થોનાં ઈલેક્ટ્રોન તો એકજ જાતનાં અને કોઈ પણ પ્રકારના કોદ વગરનાં હોય છે. પરંતુ જળસમાં જળના સૂક્ષ્મદ્રવીય ચંદ્રની મદદ હોવા છતાં યે ન દેખી શકાય એટલી દહની સૂક્ષ્મતાએ પહોંચવા માટે ઉકેલે ઈલેક્ટ્રોન અગર તો પરમાણુ (ઍટમ) સુધી પણ આપણે જવાની જરૂર નથી. કારણ કે આપણી આંખનું બધારણજ એવું છે કે, જે પ્રકારની મદદ વડે આપણે પદાર્થો બેઠાં શકીએ છીએ તે પ્રકારનાં મોજની અર્થ લાખાઇ કરતાં બે કોઈ ચીજ નાની હોય તો તે ચીજને આપણે જુદી વસ્તુ તરીકે દેખી શકીએજ નહિ.

૩૮. પ્રશ્ન:—શું એ વાત ખરી છે કે રક્તવાહિનીઓમાં કોઈ પણ રક્તને કાણુ પાલ્યા વગર આપણા શરીરમાંથી લોહી બહાર નીકળી શકેજ નહિ ?

ઉત્તર:—એ વાત ખરી છે કે આપણું લોહી હલ્ય, વિશુદ્ધ રક્તની ધમનીઓ, મેલા લોહીને વહન કરનારી નળીઓ (Veins), વાળના જેટલી ઝીણી નસો જેને કેપિલારીઓ (Capillaries) કહે છે એ, કાપાલિની અંદરજ બંધ રાખી રહેલું હોય છે. હવે શરીરની તબા—આડીપર કોઈ પણ રક્તને જગ સળો કાપ કે કાઢીને દરવામાં આવે તો તેથી વિશુદ્ધ લોહીની ધમની દ્વારા સંબંધ નથી કાઢણ કે તે તો સાધારણ રીતે બહુ કંડાણમાં વહેતી હોય છે. તેવાજ રીતે અશુદ્ધ લોહીને લેઈ જનારી વાહિનીઓ (Veins) પણ બે કે ચારડાં ન નમે હચોહચ અડાલી દોય છે, અને તેના દિવાલો બે કે પ્રમાણમાં અધિક પાતળા હોય છે તો પણ એક કાઢણ કે જગ સરળતા કાપથી ન કાપા તેટલી મજબુત હોય છે. પરંતુ રક્તશય કે હલ્ય (Hemorrhage) હમણી વિશુદ્ધ લોહીને લાવનારી નસો કે કાપાલિ, અને મેલા લોહીને કાઢવા માટે ફેરમાં તળા હવે તરફ પાણું લેઈ જનારી



વાહિનીઓ એ એવી વસ્તુ વાળ જેવી સૂક્ષ્મ નલિકાઓ આવેલી હોય છે જેને કેશવાહિનીઓ (કેપીલરીઝ=Capillaries) કહે છે તે આવી રહેલી હોય છે. આવી કેશવાહિનીઓ આખા શરીરમાં એકેએક જગાએ, સર્વત્ર, પથરાઈ રહેલી હોય છે. અપવાદ રૂપે આંખની કોડી આગળના રવબ, પારદર્શક ભાગ અને એવાજ શ્રીન્ન એકાદ રંગે ખાસ કારણસર આવી રક્તને વહેનારી કેશવાહિનીઓ મૂકવામાં આવેલી નથી. એ સિવાય સર્વ રથજે તે પથરાઈ રહેલી હોય છે. સૌથી ઉપર જે બે રથજો કલાં ત્યાં કાણુ પાડવા છતાં પણ લોહી નિકળી રાહતું નથી, બાકી બીજી બધી જગાએ જ્યાં સરખો કાપ આમકી પર મૂકતાં એક બે કેશવાહિનીઓ તો કપાયજ છે; અને નાડી કે ધમનીઓની ગાંઠ કેશવાહિનીઓમાં લોહી ઉછાળા ખારી વહેતું નહિ હોવાથી તેમના કપાવાથી લોહી એક સરખી રીતે ધીમે ધીમે બહાર વહી આવે છે. પરંતુ બહુ ઊંડા ધા પડવાથી બ્યારે કોઈ ધમની કે મોટી રક્તવાહિની (Artery) કપાય છે ત્યારે લોહી રહી રહીને ઉછાળા મારતું મારતું બહાર નિકળી આવે છે. આ સંબંધમાં એક વાત એ પણ યાદ રાખવાની છે કે ધમનીઓ, નસો, વાહિનીઓ ઇલાકામાં પુરાયલા લોહીમાં કોઈ પણ જાતનો ઉમેરો કે ઘટ્ટો. થયા વગરજ તે શરીરમાં માત્ર ફર્યા કરે, અને માત્ર કોઈ વાર આકસ્મિક રીતે કપાવાથીજ બહાર નિકળે, તો તેમાં કોઈ અર્થ કે ઉપયોગ નહિ. પરંતુ ખરી વાત તો એ છે કે લાલ રંગનાં રક્તપરમાણુઓ સિવાય બાકીનાં લોહીની અંદરનાં બીજાં તત્ત્વો હમેશાં કેશવાહિનીઓની દિવાલોમાં થઈને અંદર દાખલ થતાં અને બહાર નિકળ્યા કરતાં હોય છે, અને તે વહેજ શરીરના સર્વ ભાગોનું પોષણ, સંવર્ધન, અને રક્તજુ થયા કરે છે.

**૩૮. પ્રશ્ન:—વાહનોમાં ગાજવિજ થતા પૂરેં હવા કેમ બાહુજન ગરમ અને ઉજાડ કરનારી થતી હશે?**

**ઉત્તર:—**ખરી વાત તો એ છે કે ગાજવિજ થઈ વરસાદ વરસતા પૂરેં હવા યાત્રી ગરમ હમેશાં હોતી નથી, પ્રજ્ઞ આપણને તે ગરમ અને જનશાહ કેપગતનારી વાગે તેવી નો ખરેખર લગભગ હમેશાં હોય છે, અને આ બે વસ્તુઓ ભેદ એજ ખરેખર સમજવા જેવી વાત છે. ઈંકે અથવા ગરમીની લાગણી મદજ કરી તેનું આપણને જ્ઞાન કરાવનાર જ્ઞાન તંત્રોના છેલ્લા આપણી ત્વચા એટલે આંતરમાં આવી રહેલા હોય છે, અને તેથી આપણી આસપાસની હવા અને અન્ય વસ્તુઓની ઉષ્ણતાનું સાંપ આપણે આપણી ત્વચાની ગરમીને આધારે દરીએ છીએ. હવે ગાજવિજ થઈ સરસાદ આવતાં પૂરેં આપણને ખૂબ તાપ જો બહારો લાગે છે તેનું કારણ એ હોય છે કે આપણાં શરીર પરની આમકી ને સમરે પછી ગરમ ખતી જવાનો સંજવ હોય છે. કારણ કે તે વખતે વાતાવરણ બીનાશ અને પછીની વરણથી લગભગ સંપૂર્ણ રીતે જરાક ગરમ હોય છે, અને તેથી વધારે વાખીરે પેતાજાનાં અહથ કરવાને તે અસમર્થ હોય છે. આપણી ત્વચામાંથી રાત્રિ દિવસ પરમેવાનું પાણી ન્યુનાધિક પ્રમાણમાં સતત નિકળ્યાજ કરતું હોય છે, પણ બ્યારે તે જાલદી હડી જાય છે ત્યારે તે પરમેવાની આપણને ખજર પડતી નથી. હવે આ પ્રસંગે જોઈએ તેટલી ત્વચા ગાજવિજ વખતની બીનાથથી બરેલી હવામાં હડી જઈ પેતાની સાથે શરીરની ગરમીને લેઈ નહિ જઈ સકવાથી આપણાં શરીરો આપણને તપેલાં લાગે છે, અને તેથી આસપાસનું વાતાવરણ ગરમ અને બહારો કરનારૂં લાગે છે, પરંતુ એક વખત ગાજવિજ અને તોડાન

અર્ધ વર્ષા ખૂબ વરસી જાય છે, ત્યારે હવાની અંદરની વરાળ અને બીનાશ બધાં જમીન પર પડી જવાથી તે ચામડી પરના પ્રવેદને સહીને પોતાની અંદર ધારણ કરી શકે છે, અને ત્યારે આપણને હવા ગરમ કે બહારવાળી નહિ લાગતાં આવડાદક, તાજ અને શાન્તિ-દાયક જણાય છે.

૪૦. પ્રશ્ન:—માત્ર જોધને આપણે અંતર અથવા છેડાનો અડસટ્ટો કે અતુ-માન કેમ કરી શકતા હોઈશું?

ઉત્તર:—મૂખ્યત્વે કરીને આપણે લાંબા અનુભવને આધારેજ આ પ્રમાણે કરી શકીએ છીએ. તેવા અનુભવ વગરનું મનુષ્ય—દાખલા તરીકે, એક બાળક—આતુ' અર્થે અતુમાન રૂદ્ધ બાંધી શકતું નથી, અને તેથીજ નાનાં બાળકો પોતાના હુકા હાથવડે આકાશમાંનો અક્રમા પદડવા જાય છે. આપણે એકાદ બીજ, દૃષ્ટાંત તરીકે એક ચોખંડી પેટી, તરફ નજર કરતાં જુદી જુદી દિશામાં દોડતી રેખાઓ કે લીટીઓની તે બનેલી દેખાય છે. અને આવી મૂળ વસ્તુને ધારી ધારીને ઘણીવાર જેણે જોધ ન હોય તેને ચિત્ર ઉપરથી તે વસ્તુનો બહારજ ખાસ આવી શકે નહિ એવો સામાન્ય નિયમ છે, દારણકે ચિત્ર અથવા ફોટોગ્રાફ ઉપર જણાવેલી રેખાઓ કે લીટીઓની દિશાનું અનુકરણ માત્ર છે. જનમથી અધ એવાં મનુષ્યોમાંથી કોઈ કોઈને સદ્બાળ્યે જ્યારે કોઈ ઉપાયે દષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે તેઓ પણ નજરે જોધને અંતર અથવા છેડાનું અતુમાન કરી શકતાં નથી, દારણકે આ બાળકમાં તેમને પૂર્વેનો અનુભવ અગર સ્મરણ હોતાં નથી.

૪૧. પ્રશ્ન:—એક સપાટ ઢાગળપર પાડેલાં ચિત્ર કે ફોટોગ્રાફમાં આપણને જાણ, ઉંડાઈ અને અંતરનું જ્ઞાન થાય છે તેનું દારણ શું?

ઉત્તર:—આપણે કોઈ વાસ્તવિક બીજ જોધએ અગર તો તેનું ચિત્ર, કે પ્રતિકૃતિ (ફોટોગ્રાફ-પ્રકાશનાં દિરેણીએ દોરેલું ચિત્ર) નિરખીએ છીએ ત્યારે તેનું આભેદન ચિત્ર આપણી આંખની ઉશ્ણમાં અંદર આવેલા એક સપાટ પડા (Retina-રેટિના) ઉપર પડે છે, છતાં જાણ, ઉંડાઈ તે અંતર્યુક્ત વસ્તુરૂપે તેનો અર્થ દરવાનું આપણું મન શીખી ગયું હોય છે. વળી એક સપાટ દારણ કે પડાપર ચિત્રેલી ઉખીની જે પ્રતિકૃતિ (ફોટોગ્રાફ) આપણી આંખના પડાપર પડે છે તે ખરી વસ્તુને જેવાયી આંખમાં પડતી પ્રતિકૃતિના કરતાં વધારે સપાટ હોતી નથી. સ્વલ્પમાં દલીએ તો આંખના પડાપર પડતા પ્રતેક સપાટ ચિત્રનો ખરો અર્થ કરતાં મગજને શીખવું પડે છે. જાણ, ઉંડાઈવાળા એક અંજના સામે જોતી વખતે એ આંખના ઉપરોપથી આપણને ઘણી સરળતા મળે છે, દારણ કે દરેક આંખ એકજ વસ્તુ તરફ જરા જુદા જુદા કોણ કે ખૂણા (Angle) ઝેંથી જોતી હોય છે, તેથી તે એકજ વસ્તુને એક આંખ એક તન્ધ્યા વધારે જોળ-ફરતી જોધ શકે છે, અને બીજી આંખ તેજ વસ્તુની બીજી બાજુ જરા વધારે આંધે સુધી અન-દોરી શકે છે, જેને પંક્ષિએ તે વસ્તુની જાણ કે ઉશ્ણમાં ખાસ આપણને સંલોધધી આવી જાય છે. પરંતુ એક માધ્યમથી ચિત્ર તરફ આપણે નજર કરતા હોઈએ છીએ ત્યારે આપણને આવા પ્રકારનો જ્ઞાન કે સરળતા મળતાં નથી, અને તેમ છતાં યે આપણને જાણ-ઉશ્ણ-અંતરનો ખાસ આવી શકે છે. વળી આપણે એક વિરતીયું પ્રદેશ કે વિશાળ દાય તરફ માત્ર એકજ આંખવડે જોતા હોઈએ છીએ તો પણ આપણને જાણ-ઉશ્ણનું જ્ઞાન થાય છે, તે ઉપરથી એમ સાબીત થાય છે કે એ આંખોએ માથે લાગુ જેવાની

શક્તિથી ( Binocular vision ) આપણા પ્રશ્નનો સંપૂર્ણ અગર મોટા ભાગનો ખુલાસો મળી શકતો નથી.

૪૨. પ્રશ્ન:—એક નાની સરખી બારીમાંથી કે કાણામાંથી આપણે ધણીજ મોટી ચીજો કે વિશાળ પ્રદેશો જોઈ શકીએ છીએ તેનું શું કારણ હશે ?

ઉત્તર:—આપણે જો કોઈ માણસની આંખમાં ધારીને જોઈએ છીએ તો તેમાં આસ-પાસના ઘોળા ડોળામાં વચ્ચે કાળા રંગનું કુંડળું ( Iris ) દેખાય છે અને તેની પશ્ચ બરાબર મધ્યમાં તુવેરની ઘળ જેટલી કે તેથી જરા નાની મોટી કાળી કીકી કે આંખનું રતન (Pupil) દેખાય છે. ખરી રીતે પ્રકાશનો કિરણોને આંખના ઉડાણના ભાગમાં જના માટેની એક બારી અથવા કાણું તેનેજ આપણે કીકી કે આંખનું રતન કહીએ છીએ. જ્યારે પ્રકાશ વધારે હોય ત્યારે આ કીકી આપોઆપ નાની થઈ જાય છે, અને અધારામાં તે પોતાની મેળે મોટી થાય છે. ખીવાડી જેવાં પ્રાણીઓની આંખમાં આ ક્રિયા બહુ સારી રીતે જોઈ શકાય છે. હવે કોઈ નાની બારી અથવા કાણામાંથી ધણીજ મોટી વસ્તુઓ શી રીતે જોઈ શકાય છે, એવા તમારા પ્રશ્નને વધારે સારૂ સ્વરૂપ આપણું હોય તો એમજ પૂછવું જોઈએ કે, “ લગભગ તુવેરની ઘળ જેટલી નાની કીકીરૂપી કાણામાં થઈને આપણે કરોડો ગાંઠના વિસ્તારવાળું નળોમંડલ શી રીતે નિરખી શકીએ છીએ ? ” આનો જવાબ આ પ્રમાણે છે. એક રમણીય રાત્રિએ જ્યારે આકાશ અત્યંત તારાઓથી છવાઈ ગયું હોય ત્યારે તે તરફ નજર કરતાં પરસ્પર સાંભો કે કરોડો ગાંઠના અંતરપર રહેલા અમંજમ તારા આપણા જોવામાં આવે છે. આ વખતે ખરી રીતે પ્રત્યેક તારામાંથી પ્રકાશનું ઝોળામાં ઝોળું એક કિરણ સીધું આવીને આપણી કીકીમાં દાખલ થાય છે, અને તેમ કરતાં સુધી માર્ગમાં ખીજા કોઈ કિરણની આડે આવતું નથી અગર તેના જોડું બળી જતું નથી. આની રીતે અગણીત કિરણો જુદી જુદી દિશામાંથી આવીને આંખની કીકીમાં પ્રવેશ કરે છે. હવે આ રીતે આવતા કિરણો અત્યુક હલ કરતા વધારે તિરકસ કે આડાં હોય તો તે કીકીમાં દાખલ થઈ શકતાં નથી, અને તેથી તેનાં કિરણોને આંખમાં દાખલ કરવા માટે, અગર તે કિરણો જે તારા કે અન્ય વસ્તુમાંથી આવતાં હોય તેને જોવા માટે, આપણે આંખ અગર ખુબને તે તરફ ફેરવવું પડે છે. એને હવે કહેવાની જરૂર રહેતી નથી કે જેમ કીકી મોટી હોય છે તેમ વધારે કિરણો તેમાં દાખલ થઈ શકે છે, અને તેથી વધારે વિસ્તીર્ણ પ્રદેશ આપણે નિહાળી શકીએ છીએ.

૪૩. પ્રશ્ન:—આંખો બરાબર બંધ રાખીને તદ્દન સીધી લીટીમાં આપણે કેમ ચાલી શકતા નથી ?

ઉત્તર:—મધ્ય આંખે આપણે બરાબર સીધી દિશામાં ન ચાલી શકીએ એ વાતમાં ખરેખર બહુ નરાઈ નથી, પરંતુ જો આપણે ખરેખર તેમ ચાલી શકીએ તોજ વધારે નવા-હની વાત કહેવાય. બધાં આંખે સીધી લીટીમાં ચાલવા માટે આપણું દરેક પગલું બરાબર મરખો લંબાઈવું લેવાનું જોઈએ. પરંતુ તેમ જનવું નીચેના કારણથી અશક્ય છે. આપણા પગ સાધારણ રીતે લગભગ મરખો લંબાઈના હોય છે, પરંતુ બહુજ, બારીકાઈથી જો પ્રત્યેક મનુષ્ય પોતાના જાને પગની લંબાઈ આપી જુએ તો માત્રમ પડશે કે કદી પણ જાને પગ બરાબર સરખી લંબાઈના હોવાજ નથી. આમ હોવાથી કોઈ પણ અવસાદ

સિવાય દરેક મનુષ્ય પોતાના એક પગથી જે પગલું બરે છે તે બીજા પગથી બરાતા કમતા કરતાં જરા વધારે લાંબું અગર ટૂંકું હોયજ છે. આને પરિણામે હરથડી બૂલ સુધારનાર આખો ઉધાડી ન હોય તો આપણી ચાલ સીધી નહિ રહેતાં નાના મોટા કુંડળા કે વર્તુલાકારમાંજ હોય છે. પરંતુ વધારે તપાસ કરતાં આપણને ઘણીવાર જણાય છે કે આપણે ચોડાંક કમલાં પાણી સીધી લીટીમાં ચાલી શકતા નથી તો તે વખતે આપણાં પગલાં નાનાં મોટાં હોવાનું કારણ હિસાબમાં લેવા નેરૂં અગત્યનું હોતું નથી, પરંતુ બીજું એક કારણ શરીરનું સમતોલપણ જાળવી રાખવાની અશક્તિ એ હોય છે. ચાલતી વખતે લથડીઆં ખાધા વગર શરીરનું સમતોલ જાળવી રાખવાની ક્રિયા (Balancing) માં ખુદલી આંખની દૃષ્ટિ આપણને અત્યંત અગત્યની સહાય આપે છે. પણ જ્યારે ચાલતી વખતે આંખો બંધ હોય છે ત્યારે કમલાં બરતી વખતે શરીરને આમ તેમ ઢળી પડતું અટકાવવા માટે આપણને આડાં અવળાં પગલાં બરવાની જરૂર પડે છે; જેને લીધે સીધી દિશા આપણે બૂલી જઈ વિપથગામી બની જઈએ છીએ.

૪૪. પ્રશ્ન:—આપણે આકાશમાં જેનાતા ઇંદ્રધનુષ કે મેઘધનુષ તરફ જોતા હોઈએ તેજ વખતે દૂર દેશમાં વસતા લોકો તેજ મેઘધનુષની બીજી બાજુ જોઈ શકે કે નહિ?

ઉત્તર:—તમારા મનમાં આવે સવાલ ઉઠે એ સ્વાભાવિક છે; પણ તેના જવાબને બધો આધાર ‘મેઘધનુષ ખરેખર શું છે’, એ વાતના નિર્ણય ઉપર રહેલો છે. મેઘધનુષ જેવું જેખાય છે તેવુંજ ખરેખર હોય તો આપણે તેની એક બાજુ તરફ જોતા હોઈએ ત્યારે બીજાં મનુષ્યો દૂરને રથબેથી તેની બીજી બાજુ ન જોઈ શકે એવું કાંઈજ કારણ કહી શકતું નથી. જેમકે એક નદી ઉપરના આગમીડીને જવાના પુલની જુની જુદી બાજુઓ સાથે સામી બાજુએ રહેલાં મનુષ્યો જોઈ શકે છે તેવી જ રીતે મેઘધનુષની બાજુતરફ પણ બંનવું જોઈએ એમ વાજબી રીતે આપણે માની શકીએ. પરંતુ ખરી વાત તો એ છે કે આપણે જે મેઘધનુષ જોતા હોઈએ તેનીજ બીજી બાજુ બીજાં મનુષ્યો જોઈ શકે એ કેવળ અશક્ય જ છે. આનું કારણ આ પ્રમાણે છે; આપણે જોને ઇંદ્રધનુષ કે મેઘધનુષ દલીએ છીએ તે આકાશમાં અદર રહેલાં જળાનાં સૂક્ષ્મ સૂક્ષ્મ ગિંદુઓ વડે પ્રતિબિંબીત અને પૃથક્કરણ થયેલ સૂર્યના પ્રસારનાં દિરંગો જ છે. અને આ કારણ સર આકાશમાં સૂર્ય જ્યારે આપણી એક તરફ રોય છે ત્યારે મેઘધનુષ દમેશાં બીજી કે તેથી સામેની બાજુએ હોય છે. આ રીતે મેઘધનુષ જોનાર મનુષ્યને દમેશાં સૂર્ય અને મેઘધનુષ બેની વચ્ચેજ રહેવું પડે છે. આમ હોવાથી જ્યારે આપણે મેઘધનુષ જોતા હોઈએ ત્યારે તેની બીજી બાજુ જોવા જનાર મનુષ્યને સૂર્ય સામે નજર કરાવી પડે અને તેની ચિયતિમાં મેઘધનુષ દલી ક્રેપી શકાય જ નહિ. આ કારણથી નિર્વિવાદિત રીતે સિદ્ધ થાય છે કે મેઘધનુષને બીજી બાજુ હોઈ, શકે જ નહિ.

૪૫. પ્રશ્ન:—એક ગોળ ધુમ્રમટવાળા દેવાલય કે મકુરખામાં, અગરતો જાંઘ અને ખાલી એરડામાં, આપણે ગોલીઓ છીએ ત્યારે આપણો અવાજ પાકળ, રજકારાવાળો, અને ગાજ રહેતો નિકળે છે. તેનું શું કારણ હશે?

ઉત્તર:—ગોળ, ધુમ્રમટવાળો, અગર સામાન વગરની ખાલી, અંત, જગ્યામાં આપણો

મુખમાંથી નિકળતાં અવાજનાં મોળાં આરે તરફથી બરાબર આગાહ રીતે પ્રતિધ્વનિત થઇને પાછાં વળે છે, અને તેથી થોડા અંતરાથી પણ આપણું મગન ગાઇ ઉઠે છે. પરંતુ જ્યારે મગન અનિયમિત આધારવાળું, નળીમાં કે લાકડાના છાપરાવાળું, અને સરસામાન, પડના, ગાલીયા વગેરેથી રાજુગારામણું હોય છે ત્યારે અવાજનાં મોળાં મોપાસ અથડાઇને બરાબર પ્રતિધ્વનિત થઇ પરાવર્તન પ્રાપ્તિ સહ્યો નથી પણ અભ્યવરિચિત રૂપમાં વિખરાઇ જાય છે, અગર તે સમી જાય છે. કારણ કે સરસામાન અને ફરનિયરની બહારની સપાટી અને આધાર અનિયમિત વાંદાચુકા હોય છે તેથી તેમના પર આવીને અથડાતાં અવાજનાં મોળાં ઇન્ધનિય થઇ જાય છે, અને પડના ગાલીયા જેવા મોટા પદાર્થો પર અથડાતા અવાજનાં મોળાં પરાવર્તન પ્રાપ્તિને બદલે અદર દતરી જઇ તે મદ પડી વા નાશ પ્રાપ્તિ જાય છે.

૪૬. પ્રશ્ન:—આરો બન્ને હાથેથીજો હું મારા કાન પર ઢાળું છું, ત્યારે સંલગ્નાતા અવાજ વિવિધ પ્રકારના અને કેટલીક વાર મોટા કેમ સંલગ્નાય છે?

ઉત્તર:—એક મોટા શબ્દ અથવા ફોનોગ્રાફ લુગણું આપણે કાન પર મૂકીએ છીએ ત્યારે સાધારણ રીતે ન સાંભળી શકાય તેમ સૂક્ષ્મ અવાજોનાં મોળાં હવામાંથી પકડી લેઇ એક કદીની તે આપણા કાનને પોરેલાડે છે તેથી વિવિધ અવાજો આપણને સંભળાય છે, અને બીજા અવાજો અવાજો મોટા પ્રમાણમાં મળવાય છે. કાનપર દાંડેલી હાથેથીજો પણ થોડા વધારે પ્રમાણમાં આવીને ક્રિયા કરે છે. પરંતુ વધારેમા જ્યારે આપણે પોતાના કાન પર પોતાના હાથ દાંડીને પછી પોતાનાજ મુખથી અવાજ કાઢીએ છીએ ત્યારે પણ આપણો અવાજ આપણને વિવિધ જ્ઞાનો સંભળાય છે તેવું કારણ એ છે કે સાધારણ રીતે આપણે આપણો પોતાનો અવાજ કેટલાક પ્રમાણમાં બહારની હવાની મારફત કાનમાં દાખલ થતાં મોળાં વડે, અને કેટલેક બરો અવાજના કદમાં આવેલા ઉપરિ રચાયા (Larynx or the voice-box) માંથી બારેબાર માથામાં થઇને એક નળી (Eustachian tube) ની મારફત કાનના પડાની બીજી આબુએ પહોંચતા અવાજના મોળાં વડે, સંભળવાને ટેવાયલા હોઇએ છીએ. પરંતુ કાન પર હાથ દાંડવાથી આ બે પ્રકારનાં કાનમાં જતાં મોળાં પ્રમાણ બદલાઇ જવાથી આપણો રમર જનનાઇ ગોલો આપણને લાગે છે.

૪૭. પ્રશ્ન:—થોડાક વખત હાથમાં બંધ પકડી રાખ્યા પછી કેટલીક વારે આપણા હાથ ઉલટા વધારે ગરમ થયેલા લાગે છે; અને જેના પગ હાથમાં કંઈ રહ્યા કરતા હોય તેઓ જો થોડી વાર પગને ટાંકા પાણીમાં બોળી કાઢી કેરા કપડે લુછી નાંખે છે તો તે ગરમ થાય છે; તેવું કારણ શું હશે?

ઉત્તર:—કાંઈ જગ્યા અગર પાણીના અદ્યક્ષગત સંબંધથી હાથ અગર પગ ગરમ અને છે એ સત્ય છતાં બધું આશ્ચર્ય ઉપજાવનારી ગિત છે; કારણ કે બંન્ને અગર બહુ કંઈ પાણી પોતાના સંબંધથી આગતા ચરીરના બામમાંથી ગરમી બહુ ત્વરથી ખેંચી લે છે એ વાત તદ્દન નકીજ છે. છતાં ઉપર કહ્યું તેવું પરિણામ આને છે તેવું કારણ આ પ્રમાણે છે: શર્મ, અગ્નિ કે અન્ય ક્ષતિમાંથી આવતા ઉષ્મા કે ગરમીનાં કિરણો ચરીર પર પડતાં ન હોય તેવા સર્વ સમયે આખા ચરીરને તેમજ હાથપગને ગરમાવે માત્ર લોહીમાંથીજ મળે છે. તેથી બહારની ગરમ વસ્તુની મદદ સિવાય, દાખલા તરીકે ગરમ કે પાણીના સ્પર્શથી, આપણા હાથપગ ગરમ થાય ત્યારે ગમે તે રીતે હમેશ કદતાં આસાધારણ વધારે પ્રમાણમાં લોહી તે જામમાં ફરવું હોય છે. લોહી પોતે કંઈ બધું ગરમ હોતું નથી, કારણ કે જો તેમ

હોય તો તો આશુ' શરીર બહુજ ગરમ લાગતું લેઈએ. એટલે ખરી રીતે તો બરફ કે ઠંડા પાણીમાં બોળી દાટેલા હાથ પગને વધારે કસવાશું અને તરિતગતિવાળું લોહી અસાધારણ પ્રમાણમાં પુર પાડવામાં આવતું હોય છે. સમુદ્રના અંધ કાળના સ્નાન પછી શરીરમાં જેવા ગરમીનો આવેલો આપણે અનુભવીએ છીએ તેવીજ ક્રિયા આ વખતે પણ આપણા હાથ પગમાં થાય છે. અને તે આવી રીતે થવા પામે છે: અન્ય અવધવેલી માફક ત્વચા એટલે ચામડીની સંભાળ રાખવાતું કામ પણ મગજને સોંપાયલું છે. હવે જ્યારે બરફ અથવા અતિ શિતલ જલના સંસ્પર્ષથી ત્વચા ઘણીજ ટાઢી પડી જાય છે ત્યારે તેના જીવનને ઘણી હાનિ પહોંચવાના સંભેગો ઉભા થાય છે, અને તેથી જો જલદી તે અત્યંત શિતલતાથી ત્વચાતું સંરક્ષણ કરવામાં ન આવે તો તેને જાણતું તુકસાન થાય. તેથી તેમ થતું અટકાવવા માટે ન્યાં ન્યાં ચામડી હદ ઉપરાંત ઠંડીની અંતર નીચે આવી ગઈ હોય ત્યાં ત્યાંની સૂક્ષ્મ રક્તનાહિનીઓને ઢીલી પડી પહોળા થવાતું મગજ ફરમાવે છે, કે જેથી ગરમ લોહી ત્વચા અને સંરક્ષણથી તેમની અંદર યદને અભિસારણ કે આવજા કરી શકે છે, અને ત્યાં પોતાની અંદરની ગરમી આપી દેઈ તે ભાગને પુરતો ગરમ રાખ્યા કરે છે. આવી ક્રિયા ચાલી રહી હોય તેવામાં શરીરના તે ભાગને એકાએક ઠંડા બરફ કે પાણીમાંથી કાઢી લેવામાં આવે તો ત્યાં વધુ જગ્યામાં આવેલા લોહીથી તે ભાગ પ્રમાણમાં અધિક ગરમ થયેલો જોવામાં આવે છે.

૪૮. પ્રશ્ન:—દુનિયામાંથી બહાર જતાર કરતાં દુનિયામાં આવતાર મનુષ્યદેહધારી જીવોની સંખ્યા શું વધારે છે?

ઉત્તર:—તમારા પ્રશ્નો ઉત્તર નિઃસંશય રીતે હકારમાંજ આપી શકાય છે. વર્તમાન વૈજ્ઞાનિકોનું એમ કહેલું છે કે હાલમાં જેટલાં મનુષ્યો દુનિયામાં છે તેટલાં મનુષ્યો પૂર્વે કોઈ પણ સમયે નહોતાં, એટલુંજ નહિ પણ જેમ જેમ વખત જશે તેમ તેમ મનુષ્યોની સંખ્યામાં વધારો જ થતો જવાનો સંભવ છે. જે જે નવીન શક્તિ મનુષ્યો વાપરતાં શીખે છે, દરેક યંત્ર અને નવીન વૈજ્ઞાનિક શોધ, વનરપતિ અને પ્રાણી વિગેની પ્રત્યેક નવી માહિતી, આખરે પૃથ્વીને અધિક સંખ્યામાં મનુષ્યોનો નિર્વાહ કરવાને શક્તિવાન બનાવે છે. ચીન જ્યાં એશીયાખંડના કેટલાક દેશમાં વસતી અતિ પ્રાચીન પ્રજાઓમાં મનુષ્ય સંખ્યા કેટલી ઝડપે વધે છે તે બરાબર જણાયલું નથી. પરંતુ યુરોપ અને અમેરિકા આદિ ખંડોની વાત તો નિશ્ચિત રીતે જણાયલી છે. પ્રતિવર્ષ બ્રિટિશ ટાપુઓમાં લગભગ પાંચલાખ મનુષ્યોની સંખ્યા વધતી રહે છે. જર્મનીમાં ઈંગ્લેંડ કરતાં જમણા પ્રમાણમાં વસતી વધતી રહે છે. માત્ર બ્રાજીલની જનસંખ્યા ઉપરથીજ આ વાત નક્કી કરવામાં આવી નથી, પણ મરણ કરતાં જન્મની અધિકતર સંખ્યા ટોવાને લીધેજ આવે ઉત્તર આફ્રિકામાં આવે છે, અને તમારા પ્રશ્ન પણ એજ વાત પુછે છે. ફ્રાન્સમાં બે ચાર વર્ષ મરણ પ્રમાણ વધારે હોય છે તો વળી બોલ્ગ જે ચાર વર્ષ જન્મ સંખ્યા વધારે થાય છે. પરંતુ રશિયામાં તો બીજા જલા દેશો કરતાં ઘણાં મોટાં કુટુંબો જોવામાં આવે છે, અને ત્યાં દર વર્ષે આઠરે પચીસ લાખ મનુષ્યની સંખ્યાનો વસતીમાં વધારો થાય છે. આના કરતાં બે વળી અમેરિકાનાં યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં વસતી ઘણી વધારે ત્વચાથી વધતી જાય છે. કારણકે ત્યાં જન્મનું પ્રમાણ મરણ કરતાં હમેશાં વધારે રહે છે, એટલુંજ નહિ પણ યુરોપ અને એશિયા ખંડોમાંથી સંખ્યાબંધ મનુષ્યો દરવર્ષે નવાં નવાં આવીને જમીને માટે ત્યાં વસવાટ કરીને રહે છે.

૪૯. પ્રશ્ન:—દુનિયાં પર વસતાં માણસોને લેઈએ તેટલો ખોરાક યુરોપાકયાને વસુધરા-પૃથ્વી અરોક્ષ ખર્ચી જાય તેવો સમય આવવાનો સંભવ છે?

ઉત્તર:—એ તો દેખીતું અને નક્કી છે કે, પુરતા ખોરાક વગર માણસો જીવી શકે નહિ, તેથી જેટલાં મનુષ્યોને ખોરાક મળી શકે તેમ હોય તેથી વધારે મનુષ્યો પૃથ્વી પર હોય એમ જાણી શકે નહિ. છતાં એ વાત એક અર્થમાં ખરી છે કે, જેટલાં જાળકો દુનિયામાં જન્મે છે તેટલાં અર્થમાં જો જીવે તો તેમને માટે પુરતો ખોરાક દુનિયામાં મળે નહિ. જીવનકલહ-જીવનસંગ્રામ ( Struggle for existence ) પ્રધાનપણે ખોરાક માટેની જ મારીમારીમાં સમાવેશ છે, અને તેથી સમગ્ર જગત પર સંખ્યાબંધ મનુષ્યોને આ સંસ્થાના મર્માં એટલું તો શોધાય રહેવું પડે છે કે તેના સીધા કે આડકતરા પરિણામે હજારો અને લાખો જાળકો અને છોકરાં દર વર્ષે મરણ પામે છે, તેમ છતાં એ જાની પૂર્વના ઉત્તરમાં આપણે જોઈ ગયા તેમ દુનિયાં પર મનુષ્યોની સંખ્યા ધીમી પણ દૃઢ રીતે વધતી જ જાય છે. દુનિયાંના આરંભકાળથી આમજ થતું આવેલું જણાય છે, અને તેમાં અપવાદ રૂપે મંદા બપોર વિગ્રહો અને મંદા મારીઓના અલ્પ કાળ વચ્ચે વચ્ચે આવી જાય છે. એકંદરે મનુષ્યજાતના વધતા જતા એક જ પરિશ્રમને પરિણામે ખોરાકનો એકંદર પાક વધતો જ જાય છે. એમ જણાય છે કે જ્યારે વસતી યોડી હતી ત્યારે મનુષ્યો સદ્ગુણાત્મક અને આયોજાત્મક પદા થયેલ કુટુંબ, કુલ, મુલ, કંદ, માછ ઇત્યાદિ પર જીવનનિર્વાહ કરતા હતાં. તે પછી વસતી જેમ જેમ વધતી ગઈ તેમ તેમ મનુષ્યો બકરાં, ઘેટાં, ગાય, ભેંસ વગેરેને પાળીને તેમના કુષ્મના ઉપયોગ આધારમાં કરવા લાગ્યાં. તથા અનાવૃદ્ધિને લીધે વૃષ્ટ્યમયે જ્યારે બહુ ફેલાતો ત્યારે સિંકાર કરી માંસ ખાતાં પણ મનુષ્યો રીપ્યાં. તેની જ રીતે જળાશયો કે સમુદ્રો સમીપ વસતાં મનુષ્યો મત્સ્ય એટલાં માછલાં અને અન્ય જળચર પ્રાણીઓને મારીને તે વડે ઉદરપૂરણ કરતા રીપ્યાં. પોતે મોટી સંખ્યામાં પાણીમાં ગાય, બકરાં, ઘેટાં ઇત્યાદિને પુરતો ખોરાક વગર ખેતીએ હમેશા મળતો રહે એ હેતુથી પૂર્વ કાળના લોકો પેસ્ટોરાલ જીવન ( Pastoral life ) ગાળતા હતા. પરંતુ તેવાં મનુષ્યોની સંખ્યા પણ હવે ઉપરાંત વધી જવાથી હવે એક રજાએ રહી ખેતી કરવાની મનુષ્યોને ફરજ પડી, અને હવે એમ જણાય છે કે ભવિષ્યમાં મનુષ્યો દર વર્ષે નવા નવા વાવવા અને ઉગાડવા પડતા અનાજના પાકને બદલે ફળ ઝાડોને વધારે પ્રમાણમાં વાવતા થશે કે જેથી જમીનમાંથી વધારે ઉત્પાદનમાંથી કસ ખેંચાઈ દર એક જમીનના કળાદારના પાકની અનાજના ખોરાક કરતાં વધારે મનુષ્યોનો નિર્વાહ થશે. તે ઉપરાંત વધતું જતું ગ્લાયસુશાસ્ત્ર આપણને કૃત્રિમ ખાતરો અને કૃત્રિમ રીતે જનારેલા ખોરાકો વડે પણ જીવન દૃઢતામાં મીપવશે એમ માનવાને કારણ મળે છે. કૃત્રિશાસ્ત્ર, વિદ્યુતશાસ્ત્ર આદિ અન્ય ભૌતિક વિજ્ઞાનશાસ્ત્રો પણ આધારને અધિક પ્રમાણમાં પેલું કરવાના નવીન માર્ગો આપણને મીપવશે એમ લાગે છે. અને તેથી હાલમાં જો કે પૃથ્વી પર ૧,૬૦,૦૦,૦૦,૦૦૦ ( એક અબજ ને સાઠ કરોડ ) મનુષ્યોની વસતી કરતાં પણ કંઈક અધિક સંખ્યા નિવસે છે, જનિમે ઉપર કહ્યું તેમ હજુ ધણાં વધારે મનુષ્યોનું ઉદરપૂરણ પૃથ્વી પર થઈ શકે તેમ છે. વળી ઊંડી જનવસ અને સક્ષમ જાતુઓના ત્રાસને લીધે આફ્રિકા ખંડના દબ્બુ એટલા બધા વિશાળ પ્રદેશો મનુષ્યની પુરતી વસતી વિનાના ખાલી પડી રહેના છે કે જે વિજ્ઞાનની અધિક શોધખોળ અને સદાપતા વડે માણસના નિવાસ માટે લાયક જુનાવસામાં આવે તો ત્યાં ખ્યાસ કરી શકાય તેટલા માણસો સહેલાઈથી નિર્વાહ ચાલી શકે.

“ ઇન્ટરનલ પાથ ” અથવા અનુચિત રેન્ડમ.

(લેખક—તંત્રી.)

(ગત વર્ષના પૃષ્ઠ ૧૪૨ થી અનુસંધાન.)

પિત્તજ્વર:—જેને પિત્તજ્વર હોય તે દાહ અધિક થતો હોય તેને ગળો, હરડેદળ, બારીઓપિત્તપાપડો, એ ત્રણ ચીજોનો કાઢો કરી, એ કાઢોની ખરિત તે રોગીને આપવામાં આવે તો તેનો કાઢો સાફ થાય અને પિત્તજ્વર તથા દાહ પણ જલદી શાન્ત થઈ જશે.

આસકાશવાળા દરદીને ભટકટયા ( પીળાં ફુલ અને કાંઠાવાળા જંગલી છોડનું હિંદી નામ ) અને બેલનો કાઢો કરી તે કાઢોની ખરિત આપવામાં આવે તો આસનો રોગ મટે છે.

વાતવ્યાધિ:—જેને વાતવ્યાધિ થયો હોય તેને આસન જેવી વનસ્પતિના કાઢોની ખરિત ખીન્ને કે ત્રીન્ને દિવસે આપવાથી ફાયદો થાય છે.

જેને નેત્રમાં આગ થતી હોય અને મસ્તક તપેલું રહેતું હોય તેને શુભાળનાં ફુલ, ધાણા, મુળેદી, દરીઆણાદિ ઠંડી ચીજોના ફાંટની ખરિત આપવી. ( ઔષધીઓને ગરમ પાણીમાં પલાળી રાખી વાટી તેને છણી લેવામાં આવે છે, તેને “ ફાંટ ” કહે છે. ) જે રોગીને માટે આયુર્વેદ શાસ્ત્રમાં જે ઔષધિઓ લખેલી છે તે ઔષધિઓનો તે રોગીમાં કવાચ, ફાંટ, કે હિંગ બનાવી આપવાથી રોગ જલદી શાન્ત થાય છે.

જ્યાં વાતપિત્ત દ્વાદિનો નિશ્ચય ન થઈ શકે ત્યાં ફક્ત ત્રિફલા અને છ માસા શીથલ પારનો કાઢો કરી ખરિત આપવાથી કઠિ, નિતંબ, ઉર, જનુ, આદિ નાભિની નીચેના અવયવની પીડા અદમ્ય રાત થાય છે, અને નાભિના ઉપરના અવયવોમાં પણ ઔષધિને પ્રભાવ થોડો ધણો પણ પહેંચ્યા વિના રહેતો નથી.

જે માણસને હમેશા અંધકોશ રહેતો હોય અથવા મગ સુકાઈ જઈ નીકળતો હોય તેને કેટલાક દિવસ સુધી આમળતાસ અને કહુના કાઢોની ખરિત લીધા કરે અને તે સાથે ચુલકદં, કાળી ડાઘ, વધારે ખાંધા કરે અને ભોજનના આદિ મધ્ય અને અંતમાં એક એક કુવાવડી ખાધા કરે તો અવરુધ લાગ થાય છે.

કેટલાક વિદ્યાનેગો એવો મત છે કે ફક્ત એકલા પાણીની ખરિત આપવાથી ફાયદો થાય છે. પરંતુ જેને રોગ માટે વર્ણન કરેલી ઔષધિ વાપરવાની ઈચ્છા હોય તેને કાઢ કે ઉકાળાની ખરિતથી સારો લાભ થાય છે.

આંતરંગમાં મગ શુષ્ક થઈ બંધાઈ ગઈ હોય અને ખરિત આપનાં પાણી અંદર જતું ન હોય તો પાંચ રોઝ પાણીમાં છટાંક સાથુ અને છટાંક દહમી સુરોખાર વાટી નાંખી પાણીને ઉકાળવું. તે પાણી કોઈજવરપુ રહે ત્યારે ખરિત આપવી. જે એક વખત આપવાથી પાણી અંદર ન જાય તો થોડી વાર પછી ફરી આપવી એટલે તેનાથી મગ પથળો જઈ જવાર નીકળશે. આ પ્રયોગથી એક દરદીને આંતરંગમાં મગ સુકાઈ જતાથી તેને જીવાળની દવાઓ આપવાથી મગ મુખદ્વારે નીકળવા લાગે તો તેને શુદ્ધ કાસઓથી મગ નીકળી તેને આપવી જરૂર નથી થતો.

( સુધાનિધિ. )



# સ્વિમ્વિમ્વેલીઝમ અથવા મરણ પામેલાં બહાલાંગો સાથેનો આપણો સંબંધ.

[ લખનાર—અરેશર નગરવાનજી ષીલીચારીઆ. ]

સાર્યેન્સ અને ધર્મ.

આંસરે એકે સદીની વાત ઉપર યુરોપ અને અમેરિકાના જુદા જુદા જાગોમાં સાયન્સને નામે ઓળખાતી વિદ્યાની જુદી જુદી આખાઓની ખીવવણી થવા માડી, અને તે સાથે દુનિયાના તમામ જાગો ઉપર નારિતક વિચારોનો એક એવો બળવાન મોત્તે ફરી વળ્યો, કે જેથી પૂર્વ તરફના પુરાતન મજ્જાઓ-ધર્મોનાં મૂળાવાને ઘણે દરજ્જે તેણે ઉપડી જવાના બધામાં લાવી નાખ્યાં હતાં. આ વિદ્યાઓના સઘળા આધાર ખાસી આખનગ અને અવલોકન ઉપર રહેતો હતો, અને તેથી પુરાતન ધર્મોનાં જે સિદ્ધાંતો એવા અખનરાની કસોટીમાંથી પસાર થઈ શકે નહીં, તે એક તરફ રદ કરવામાં આવતાં એટલી જાંઘી હન સુધી બગડતાં એવા કે ધર્મ સમઘી અસહી સિદ્ધાંતો અને કાષ્ટમદ રીત રિવાજો નાશુદ થવા સાથે નારિતકપણું વધતું ગયું. પરલોકના અસ્તીત્વની મીનોષ આલમની હરતીની માન્યતા તદ્દન રદ થઈ, અને સઘળું, જડ ખાક પ્રકૃતિ ઉપરજ આવીને અટક્યું. આત્મા કે રવાનની હરતી, મરણ પછીની કોઈ હાલત, એ સઘળું “પરિઓની વાર્તા” કે દંતકથા જેવુંજ કહ્યું. કેળવણીના વધવા સાથે નારિતક વિચારોનો આ પ્રવાહ એવા જોરથી ફેલાતો એવા કે દુનિયાનો કોઈ પણ ધર્મ તેનાં મૂળથી કમગમ્યા વગર રહી શક્યો નહોતો.

પણ આગળ વધતી વિદ્યા પોતાના વધારામાં વિજ્ઞાનિક ઝડપે ચાલતી હતી. ખાક, જડ પ્રકૃતિ, ઉપરથી તે આગળ વધી, હવામાં યુગી, ઘણીકવાર “આપ્નેજ સુધી અને અડીની હને આગળ નહીં,” ( Thus far, and no further ) ના શિક્ષણ માથે તે કુદરતનાં બળવાન કાર્મ આગળ અટકીને ઉભી રહેતી. ત્યાં તક અને દલીલ ખુદી જતી, અને કામોડાળ પાણું વધતુંજો અધર્મોની સિદ્ધાંતો એટલાજ તુરંજુરથી. રહ. મરણમાં આલતાં. તેજ પેળા, પછી, આ ખાસી વિદ્યાની તકલીદી અને પોષણ દેરવાના તકો સામે ઉભા રહેતાં. લાચારીએ તે સિદ્ધાંતોને જુદાં રચેલાં અને જુદાં નામો ધારણ કરવાની ફરજ પડતી, અને આ પ્રમાણે કદમે કદમે જે મીનોષ આધ્યાત્મિક હકીકતોને ખાસી વિદ્યાએ તુરંજુરથી જદ કરવાની શેખી કરી હતી, તેજ હકીકતોને નવા રૂપે, નવાં નામે, સુલકામ પુરાવાઓ મહીત દાવમની તેમની હરતીમાં “મુજર કરવામાં આવી. ધર્મોનાં મીનોષ આધ્યાત્મિક મૂળો રીકાર કરવામાં આગે, અને “માડું શાપ તે આગને કાજે,” એ કહેવત પ્રમાણે આચાર્યોના વર્ગના અજાનપણથી હાંસીમાં આવી પડેલા ધર્મો વિદ્યાની કસોટીમાંથી વધારે પ્રભાવ સડ પ્રકટ થવા; વરેગ વરીકે પિત્તર પામતાં ધર્મનાં સિદ્ધાંતો પણ કુદરતની ઉંચામાં ઉંચી સમ્યાધઓની બરખુર મામિત થવા, એટલુંજ નહીં, પણ ખાસી અને મીનોષ આલમો, સ્પૂગ અને સક્ષમ ભુવનો, વચ્ચેનો તૂટી ગયેલો વડેવાર નમેસરથી જોડાયો ! જમાનાના વરવા સાથે જે દેશો પ્રગડી કરણ ( civilization ) માં આજે અદ્યજ વધવા છે, તે દેશોમાં ખુદિમાન પુરોજો જન્મ હેતો ગયા. આ પુરોજોએ રિવા અને ધર્મને જેવી આખાંને જે જુદાં હોઈ શકેજ નહી

એવું સાબિત કરી આપ્યું, અને આજે મુઘરેલી દુનિયામાંથી નાસ્તિકપણાનો રોહ નાબુદ થતો જઈ પુરાતન વિદ્યાઓની ખીલવણી વધતી જાય છે. આ સમયે ચીચોસોશી જેની દિલચાસોના પ્રતાપે થવા પામ્યું છે.

### પરલોક-મનોહ આલમ-આધ્યાત્મિક સૃષ્ટિ.

મનોહ આલમ સાથેના વહેવાર માટેની જિજ્ઞાસા વધતી જાય છે, અને તેણે વહેવાર રાખી રાકાય છે, એ ખીના આજે હવે નક્કી પુરવાર થયેલી હકીકત થઈ પડી છે. જે નાનીઆ નરો આ કામ માટે કોશેશ કરી રહ્યા છે તેઓમાં સર આલીવર લૉન્ગ મુખ્ય છે. આ વિદ્વાન ઈંગ્લંડના પહેલી પસિતના સાયન્સીસ્ટ છે, અને તેમની મૂળ નેમ વિદ્યા અને ધર્મને જોડી નાખવાની છે. આ કામમાં એક દેખીતા માહા યનાવધી કુદરતે તેમને ઉશ્કેર્યા, અને પોતાની સંપૂર્ણ ખાત્રી કર્યા પછી હવે તેઓ જાહેર કરે છે કે, મનોહ આલમ-પરલોક સાથે વહેવાર રાખી રાકાય છે, અને મરણ પામેલાં વડાલાંઓ સાથે મેળાપ થઈ શકે છે! સર આલીવર લૉન્ગ એક સાધારણ મનશક્તિના, વહેમી મગજના, કે હલકી પસિતના માણસ નથી. એક વિદ્વાન સાયન્સીસ્ટ તરીકેની તેમની ઉંચી લાયકાત માટે બે મત છેજ નહિ. આ વિદ્વાનને એક પુત્ર લેક્ટેનન્ટ રેમંડ લૉન્ગ લડાઇમાં માર્યો ગયો. પોતાના વડાલાં બેટાના મરણથી દિલગીર થઇ તેનાં રૂઢ-જીવાત્મા સાથે મેળાપ કરવાની આ વિદ્વાને ખાદેશ ગળી, તે ખાદેશ પાર પડી, અને તેનાં પરિજીભમાં ઈંગ્લંડમાં પ્રગટ થતા “ધી સ્ટ્રેન્ડ” (The Strand)\* નામના માસિક ચોપાનિયામાં આ વિદ્વાને એક નિબંધ પ્રકટ કર્યો જે નિબંધ ઉપર આપણી આ આખતનો મૂળ પાયો છે. આ નિબંધ ધર્મ-મનદહ્ય અને ધાર્મિક રિવાજોની રાશતીમાં વાંચતાં જુદુંજ અન્યાયું પારે છે.

મજબૂત નિબંધ ઉપરાંત સર આલીવર લૉન્ગ પોતાના મરહુમ બેટા સાથેનો મેળાપ “રેમંડ; અથવા જીંદગી અને મોત” (Raymond: or Life and Death) નામનું પુસ્તક ઈંગ્લંડ ખાતેની મેશર્સ ઝેચુનની કુંઠ મારફતે પ્રકટ કરેલું છે. આ પુસ્તકનું “ગ્રેટ થૉર્સ” (Great Thoughts)† નામના એક અડયાડીક ચોપાનિયામાં રેવરંડ ડૉ. ડાઉન્સે જે અવસોક્ત લખ્યું છે, તે પણ આ મંજામાં વાંચવા લાયક છે.

પુરાતન ધર્મ પુસ્તકો, રીત રિવાજો અને ભેદ બરમમાં લખાયલાં દહાણી કીસ્સાઓ એક અવાજે જાહેર કરે છે કે એક વખત એવો હતો, કે જ્યારે મનોહ અને ગેળી આલમો, મૃત્યુલોક અને પરલોક, વચ્ચેનો સંબંધ સાધારણ હતો. મરુખ જન ખીજ ચઢતી ઉતરતી મનોહ આલમો અને લાંબી દરતીઓ સાથે સીધા વહેવારમાં આવતી હતી, પણ જેમ જેમ ઇન્સાન વધારે જડ થતું ગયું, અને તેની ઉંચી મનશક્તિ વધારે ધેરાતી ગઈ, તેમ આ સંબંધ રૂઢે રૂઢે ઓછો થતો ગયો, અને છેવટ તે તાન તૂટી ગયો.

પણ પશિમ તરફની જે વિદ્યાએ આ સંબંધને સંતર તેડી નાખ્યો હતો, તેજ વિદ્યા તે સંબંધને ફરી જોડી આપે છે, અને એક નર્મી પણ અનેક મનોહ આલમોની, સૂક્ષ્મ ભુવનોની, હરની હવે તે સ્વીકારે છે. જરૂરોરતી મજબૂતને લગતાં અવરતા, પહેલી, અને ફારસી બાપામાં લખાયલાં પુસ્તકો આવી સંખ્યાર્થ આલમો અને તેમાં સમાયલી દસ્તીઓના ઇલાજોથી બરપુર છે. હિંદુ ધર્મમાં પણ તેમજ છે. આ જુદી જુદી આલમો

સાનાના ખાકી દુનિયામાં હસ્તી ધરાવનાર ઇન્સાન માનના સંબંધ ઉપર તો ધર્મની ક્રિયાઓનો મૂળ પાયો રચાયેલો છે. આ ખાકી આમલર્મા-મૃત્યુલેકામા-અને તે છોડ્યા પછીની હસ્તીમાં મનુષ્ય જાતને આગળ વધવા માટે જે સાધનો આપ્યા છે તેઓમાં કર્મકાંડ સાધન પણ જરૂર યોગ્ય અને હિંદુ મંત્રહથે મુકરર કીધેલું છે પણ આ ધર્મોમાં સૌથી વધારે ખેચાણકારક અને સૌથી ખારે અમલ્ય ધરાવનાર ક્રિયાઓ તો મરણ પામેલાઓ માટેની ક્રિયાઓ-શ્રાદ્ધનો ભાગ છે.

ખાકી શરીર તે ખરૂં માણસ નથી, તે માન માણસને આ દુનિયામાં આગળ વધવા માટે આપવામાં આવેલું એક ઉપયોગી બોજાયું કે દરિયાર છે. શરીરનું મરણ તે માન દુનિયામાં કામ કરવા માટેની સુદૃઢ પુરી ચલાવી શરીર માથેનો ખરા માણસનો સંબંધ છુટો ચલાવી દિધો છે. ખરૂં માણસ—માણસનો રૂઢ કે રવાન કે આત્મા—કદી મરતો નથી. તે માન આ દરિયાર છોડી બીજી હસ્તી કે હાલતમાં પસાર થાય છે. આ સધળા સિદ્ધાંતો આજની આગળ વધેલી વિદ્યાએ સ્વીકારેલા છે.

પણ શરીરના મરણ પછી શું થાય છે? શરીરના નાશ સાથે જો તેનો જીવાત્મા નાશ પામતો ન હોય તો તે ક્યાં જાય છે? કેરી રિયલિટીમાં રહે છે? આ દુનિયામાં હસ્તી ભોગવતા વૃદ્ધાણીઓ સાથેના તેનો સંબંધ કોઈ પણ રીતે ચાલુ રહે છે કે? તે વૃદ્ધાણીઓ તરફની લાગણી કે કામોચી તે મરણ પામેલાને કાંઈ અમર પડોચે છે કે? આ સવાલો સમળા જીવાત્માના મગજમાં વધારે કે ઓછા પ્રમાણમાં જમતા રહે છે. આ સવાલોના અખતરાસિદ્ધ ખામીપૂર્વક જવાબો અને ખુલાસા પશ્ચિમના નામીયા વિદ્વાનોએ આપ્યા છે. આ વિદ્વાનોના મઠમાં એવા નામો છે કે જેઓ અનુભવ વગર કોઈ પણ મત કદી કપાલ કરવાને લક્ષ્યાય નહીં, જેઓ દુઘાઈ કે વહેમથી દોરવાઈ જાય એવી નમણી મન-શક્તિના માણસો નથી. અને તેટલા માટે આ વિદ્વાનોના મત આપણું ખાસ ધ્યાન અને માન ખેંચે છે.

શરીરના મરણ સાથે માણસની હસ્તી પૂર્ણ થતી નથી, પણ તે કોઈ બીજી આકૃતિ, હસ્તી કે હાલતમાં પસાર થઈ જાય છે, એ મત હવે લગભગ મર્મમાન્ય થઈ પડ્યો છે. સર ઓસ્કીવર લોગના પુસ્તકની તપાસ લેતાં રેનરડ ડૉન પ્રાન્સ મરણ વિશે જે વિચારો જાહેર કરે છે, તે ધ્યાનમાં લેવા લેગ છે —

"Logic, reason, metaphysics and abstract science may deny it, but the heart perceives it. This Homing Instinct of the soul exiled here but wandering back today is a safer guide than the mere logical understanding."

"Sir Oliver Lodge's belief is briefly expressed in the words, 'I am as convinced of continued existence on the other side of death as I am of existence here.' A statement such as this from a scientist justly renowned in the realm of physical research is of profound significance. It is further sustained by the testimony of scientific experts such as Dr. Alfred Russel Wallace, Sir William Crookes, Michael Faraday, and Benjamin Franklin, who wrote 'Our present life is rather a state of embryo, a preparation for life. A man is not completely born until he has passed through death.'—(p 142)

“અનુમાન, તર્કશાસ્ત્ર, અધ્યાત્મજ્ઞાન, અને અમૂર્તવિજ્ઞાન જીવંતમાની ભવિષ્યની હસ્તી કણ્ઠના રાખે પણ અંતઃકરણ તે જોઈ શકે છે. અહીં દેશનિકાલ થયેલા પણ પાછું જવાની ઉમેદ ધરાવનાર આત્મા પોતાનાં વતન તરફ જવા માટેની કુદરતી લાગણી માત્ર વકરાંરી સમજશક્તિ કરતાં વધારે સલામત રાહગર અથવા માર્ગદર્શક છે.

“સર ઝોલીવર લૉન્ગનો મત કુંઠામાં આ સંપ્તેમાં જાહેર થયેલો છે—‘આ દુનિયામાંની દયાતી માટે હું જેટલો આત્મીયુર્વક છું, તેટલોજ મોતની પેલી આલુની હસ્તી માટે પણ હું આત્મીયજો છું.’ ખાસી-સોધખોળનાં કામોમાં વાળખી રીતે નાખીયા થયેલા આવા એક સાયન્ટીસ્ટ તરફનો આ મત ધણી ગંભીર અગત્ય ધરાવે છે. વળી એ મતને ડોઁ ઝોલફ્રેડ રસલ વોલેસ, સર વીલ્યમ હુક્સ, માઈકલ ફેરાડે, અને બેન્જમીન ફ્રેન્ડલીન જેવા સાયન્સના ઉત્તાહો તરફથી ટેકો મળે છે. છેલ્લો વિદ્વાન જાણીએ છે કે:—‘આપણી હાલની જાંઘળી માત્ર એક ગર્ભની હાલત છે. તે (પરી) જાંઘળી માટેની તૈયારી છે, જ્યાં મુંઘી એક માણસ મોતમાંથી પસાર થતો નથી, ત્યાં મુંઘી તે પુરેપુરો જન્મ પામેલો ગણાતો નથી.’”—(પૃ. ૧૪૨.)

નરણુ વખતે પોતાનાં બહાલોઆથી થતો વિયોગ દેખાત માણસોનાં દીવમાં દુઃખ ઉત્પન્ન કરતો થઈ પડે, પણ જો મોતનો બેદ સમજવામાં આવતો હોય, તો આ દુઃખ ઘણું દરજ્જે ઝોણું થઈ શકે છે. સાધારણ રીતે એમ માનવામાં આવે છે કે મરણુ આપણાં બહાલોઆને આપણાથી તદ્દન દુર કરે છે,—તેઓ એક અયોક્ષસ જગ્યા પર જાય છે, કે જ્યાં તેમનું શું ચાપ છે, તે આપણે જાણી શકતાં નથી. પણ ખરેખર તો મરણુ માત્ર હાલતનો ફેરફાર છે. જેમ સંધ્યા પુરાતન ધર્મો તેમ પ્રાચીન શીલસુરીની મતલબો એકજ શિક્ષણુ આપે છે. અને તે એ કે મરણુથી જીવતાંઓ સાથેના શુનરી અર્થેલાંઓનો સંબંધ છેક તૂટી જતો નથી. બંને અસરરસ એક બીજાની ઉન્નતિમાં ગદ્દ કરી શકે છે. માત્ર એટલું જ કે તેમ દરવા માટેની આપણી શક્તિ આપણે ખોલી દીધી છે.

“We are not separated from the dead, for they are here about us all the time.....so that we have lost not our loved ones, but the power to see them.”—C. W. LEADBEATER.

“આપણે મરણુ પામેલાઓથી જુદાં પડતાં નથી. કારણ કે તેઓ સંધ્યા વખત આપણી આસપાસ અડીજ હોય છે.....જેથી આપણે આપણાં બહાલોઆને જોતાં નથી, માત્ર તેઓને જોવાની શક્તિ ખોલી દીધી છે.”—સી. લુઈયુ. લેડબીટર.

મીનાઇ આલમો-પરલોક-સાથેના આપણા વહેવાર વધતી જતી જડ પ્રકૃતિને લીધે આધ્યાત્મિક શક્તિઓ દયાતી જવાથી આપણે ખોલી દીધી છે, અને તેથી શરીરથી છુસ થવા પછી જીવનું શું ચાપ છે તે આપણે જોઈ કે જાણી શકતા નથી. આટલાજ માટે મોતનું દુઃખ બારે ચક્ર પડે છે. પણ ખરી રીતે વપાસતાં મોત એ માત્ર એક કુદરતી ફેરફાર છે. સર ઝોલીવર લૉન્ગ પોતાના છેલ્લા પુસ્તકમાં “મોત સંબંધેના માર્ગ” એ નામના પ્રેરણામાં તે વાત નીચે મુજબ સમજાવે છે.—

“Death is not a word to fear, any more than birth is. We change our state at birth, and come into the world of air and sense and myriad existence; we change our state at death and enter a region of—what?

Of Ether, I think, and still more myriad existence, a region in which communion is more akin to what we here call telepathy, and where intercourse is not conducted by the accustomed indirect physical processes; but a region in which beauty and knowledge are as vivid as they are here a region in which progress is possible, and in which "admiration, hope, and love" are even more real and dominant. It is in this sense that we can truly say, 'The dead are not dead, but alive' "

" જેમ જન્મ તેમ મરણ એકે બીજા જેવો સપ્ત નથી આપણે જન્મ વખતે આપણી હાલતમા દેશ્વર કરીએ છીએ, અને દુઃખ, લાગણી અને અસંખ્ય હસ્તીઓની આ હુનિયામાં દાખલ થઈએ છીએ. આપણે મરણ વખતે આપણી હાલત પાછી ફેરવીએ છીએ, અને શાના કુનકમાં દાખલ થઈએ છીએ? હું ખાઈ છું કે ધર (આકાશનર) ના, અને વધારે અસંખ્ય હસ્તીના; એક એવા મુલકમાં કે જ્યાં પરસ્પરનો સંબંધ, અહીં જેમ બને છે તેમ સમેતા મુગ્ધતા આકસ્તરા ખાડી-રચૂં સાધનોથી નહીં, પણ જેને આપણે પરસ્પરની ખ્યાલ ભરી લાગણીથી હરખત થતા સંબંધ (વિષદિન્ટિસીપથી) તરીકે ઓળખીએ છીએ, તેવો થાય છે. પણ ત્યાં ખૂબસુરતી અને જ્ઞાન અહીંનાજ જેનાં કમકદાર હોય છે. ત્યાં આગળ વધવાનું બની શકે છે, અને 'પ્રસાસા, આશા અને ખ્યાલ' વધારે સગીન અને મજબૂત હોય છે. આ મતલબને લીધે આપણે વાજબી રીતે કહી શકીએ કે, 'મરણ પામેલાઓ ખરેખર મરણ પામ્યા નથી, પણ તેઓ હૈયાત છે.' "

સર આલીસર લૉજના ઉપલા ફક્કા પર નુકતેચીની કરતાં દેવરડા હોં શકિન્સ જણાવે છે કે :

" It is even so. Death breaks up the machinery of the body, but cannot touch the soul. That which is dearest and familiar and distinctive, the Personality, does not perish with flesh tissues. Our departed loved ones are alive, not dead, but only gone before "

" ખરેખર એમજ છે મોત રચૂં શરીરના સાંચાક્રમને તોડી નાખે છે, પણ તે આત્માને આડો સમું નથી. જે શૈલી વ્હાલો, જીવંતો અને જુદો છે, તે આત્મા માંમના તણ્યો સાથે મરણ પામતો નથી. આપણા મરણ પામેલા વ્હાલાઓ હૈયાત છે, મરણ પામ્યા નથી, માત્ર તેઓ આપણી અગાઉ ગયા છે. "

આજની વિદ્યાનો એક મુખ્ય સિદ્ધાંત એ છે કે કોઈપણ ચીજની ખરેખર નાશ થતો નથી, માત્ર તેની સ્થિતિમાં ફેરફાર થાય છે. શરીરનું મરણ તે તેના નાશ નથી, તેની માત્ર 'હાલત બદલાઈ જાય છે તેમ આત્માનું મરણ થતું નથી, માત્ર તેની સ્થિતિમાં ફેરફાર થાય છે. શરીરને છોડીને તે જુદો થાય છે. "

મરણ પામેલા જીવાત્માઓ સાથેના વહેવાર.

પણ શરીર વગરની તેની આ હાલતમાં આપણે તેની સાથે સંબંધમાં આવી શકીએ કે? જે તેમ બનતું હોય તો તે કેવી રીતે થાય? ધર્મની શીવસુનીની રીતે તે આ સવાલો તપાસવાના હોય તો તપાસની જરૂર પડેલી નથી. પણ આજે મનના સત્ત્વોના પુરાવાઓ, નિદર્શો, દર્શનો, વગર કામ લેવાઈ નથી. અટલાજ માટે વિદ્યાના ગ્રંથોમાં રસતા ના વિચારોથી આ મનમાં તપાસ આપણે દાયકરીય

જેઓએ ધીઓસોશીની રોચનીમાં માણસની રચનાનો અભ્યાસ કર્યો હતો, તેઓ સમજી શકશે કે મરણ એ દુઃખી થવા યોગ્ય કે વિલાપ કરવા જેવો બનાવ નથીજ. જોશક હંયાત માણસો લાગણીથી ભરપૂર હોય છે અને પ્યારની લાગણી ધણી કંઈજ છાતીવાળાને પણ ધડી ભર નરમ બનાવે છે. જુદાધની ખ્યાલ દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે, પણ જુદાઈ ખરેખર કેટલી દદ મુધીની છે તે જો બરોબર સમજવામાં આવે, તો મરણ વખતનું દુઃખ ધણે દરજ્જે ઓછું થઈ શકે.

મરણ એ માત્ર શરીરની હાલતનો ફેરફાર છે, તે કુદરતના એક અચળ કાયદાને આધારે થાય છે, તે મોટે વહેલે દરેક શરીરમાં થવાનોજ અને ગમે એવા ઉપાયો કે ગમે એવો વિલાપ તે ફેરફારના મુકરર થયેલા વખતને એક પણ માત્ર પણ આગળ કે પાછળ દલાવી શકનાર નથીજ, એટલું જો સમજવામાં આવે, અને ફેરફારના કાયદા સામે માણસ માત્રની લાચારી બરોબર ધ્યાનમાં લેવામાં આવે, તો મનને થતા દુઃખમાં ધણે દરજ્જે ઘટાડો થઈ શકશે. આ દુઃખને શાંત કરવા માટે કુદરતના અસુક કાયદાઓ તરફની સંપૂર્ણ તાબેદારી અને સંતોષ એ જો શુભો ખાસ અગત્યના છે, અને એ જો શુભો મોતનો એક સમજવાથી, તેનું જ્ઞાન થવાથી, કુદરતી રીતેજ પ્રકટ થાય છે,

જેને આપણે “મરણ” કહીએ છીએ, તે બનાવ પછી ખરેખર જુદાઈ થાય છે કે કેમ, એ સવાલ દુનિયાની તવારીખમાં કોઈ પણ જાનામાં માણસ માવના જીવાસા ભયાં મગજમાંથી દૂર થયો હોય એમ જણાતું નથી. ધર્મપુરતકોનો તો સવાલ મહેતોજ નથી—કારણ જો ધર્મપુરતકો મરણને નાશ તરીકે ગણતાં હોય, તેથી જુદાઈ થતી ગણાતી હોય, તો મરણ પામેલાંઓની ક્રિયાઓની જરૂર તેમાં સ્વીકારવામાં આવેજ નહીં. પણ જેઓ ધર્મની શીલસુરીની બધાર એ સવાલોનો અભ્યાસ કરે છે, જેઓ મોતની પેલી મેર નજર નાખવા માટે છે, તેઓને વહેવાર પુરાવા જોઈએ છે, અને તેમાં પુરાવા નહીં મળતાં તેઓ ધર્મ ક્રિયાઓને ખીન જરૂરી ધારી હશે છે. પણ “જો હવેશો હમે તે સૌથી વધુ હશે,” એ કહેવત પ્રમાણે ધર્મની શીલસુરીનો બચાવ દરનારાઓ આજે પુરતા સંતોષ સાથે જુએ છે કે, ખાટી નજરે મરણનો એક શોધવા ચલાનારા પુરોષના નામાંકિત વિદ્વાનો હેવટ આજે વિદ્યાની દદ ઉપર આવી પુજા છે, અને જો શીલસુરીનાં કાટલાનિ એક વાર તેઓ તુલ્ય-કારતા હતા, તેજ કાટલામાં રસદાર માલો ભરી આપવાની સરજત તેઓનેજ માયે ચોટી છે. જેઓ મર આંલીવર લોજના ૧૯૧૬ ના ડીસેમ્બર માસના “ધી રટ્ટેન્ડ મેગેઝીન” માં પ્રકટ થયેલી મરણ વિષેની બાબતની દરેક લીટી ધ્યાનથી વાંચશે, તેઓ જરૂરોસ્તી અને દિંદુ ધર્મની મરણ પામેલાંઓ માટેની ક્રિયાની અગત્ય પીઝની ચકશે. અહીં તે બાબતમાંના મુખ્ય ફક્કાઓ માત્ર મજકુર ચોપાનિયાના અધિપતિની ખાસ પેરવાનગીથી રજુ કરીશું—તેનો ચાલુ ધર્મ ક્રિયાઓ સાથે મુકાબલો કરી લેવાનું કામ વાંચનારાઓ અને ધર્મમથોના અભ્યાસીઓ ઉપર છોડીશું.

“મરણ પામેલાંઓ સાથે વહેવાર રાખવો બનવા જોગ છે કે ?”

આ સવાલ હોળ સર આંલીવર લોજ પોતાના વિષયની ચર્ચાત કરે છે. આ સવાલની તપાસ પીઝી નતના અનુમતને આધારે હેવટ જે મત ઉપર આ નામીયો વિદ્વાન આવે છે, તે દેખાડે છે કે ધર્મપુરતકોમાં સમાવતી શીલસુરીઓ, આપણે નહીં સમજતાં હોઈએ એટલાજ માટે, દસી નાખવાના ગિવસો હમે વધી ગયા છે. સર આંલીવર લોજનો અનુમત

પુરુષ દેખાડે છે કે જ્ઞાન માટેની તકબગાર ખાદેમ અને ખંતીત્રી કોરોડ આધ્યાત્મિક દરજ્યાઓને ખુલ્લા કરે છે. તેથી કોરોડનાં પરિણામમાં આ વિદ્વાન પોતાની બાબતને મથાળે મુકેલા સવાલના જવાબની શરૂઆત નીચે મુજબ કરે છે.

"No reply can be given on *a priori* considerations, unless it be a contemptuous negative based on too hasty a guess about the significance of the last word in the query. If it be true that 'the dead know not anything,' they practically have no longer any personal existence, and it cannot be possible to communicate with nonentity. But this is reasoning in a hind-before or pre-posterous manner. The right method of attack is to ascertain first, by experiment and observation, whether communication is possible; and then from that fact, if it becomes an established fact, to infer that after all, the dead do know something and that they have a personal existence."

"ઉપના સવાલનાં સમાપ્તિ 'મરણ પામેલાંઓ' એ શબ્દના અર્થ વિશે આતિ ધણી ઉતારણી આક્રમણને આધારે આ સવાલનો તુચ્છકારથી નકારમાં જવાબ આપવા સિવાય, કારણ ઉપરથી પરિણામ પર જવાની તકરારી રીતને આધારે બીજા જવાબ આપી શકાય નહીં. 'મરણ પામેલાંઓ કંઈ પણ જાણનાં નથી,' એ જો ખરું હોય તો તેઓ વંદુલ્ય પોતાની કંઈ શુદ્ધી હસ્તી ધરાવતાં નથી એમ કહે, અને તેથી જે ઓગતી હસ્તી નહીં, તે ઓગ સાથે વહેવારમાં આવવાનું બનવા જોગ નથી. પણ આ દલીલ કંઈ શુદ્ધિની અથવા ખૂબીઈ જરીજ ગણાય. આ સવાલનો કહેવો કરવાની ખરી રીત એ છે કે અતુલ્ય અને અવલોકનને આધારે, મરણ પામેલાંઓ સાથે વહેવાર રાખવાનું બનવા જોગ છે કે નહીં, તે પહેલાં નક્કી કરવું, અને જો તે હકીકત સિદ્ધ થાય, તો તે ઉપરથી ઉત્પત્તિ અતુલ્ય પર આવવું કે મરણ પામેલાંઓ પરેખર કંઈ જાણે છે, અને તેથી તેઓ એક શુદ્ધી હસ્તી ધરાવે છે."

સર ઓલીવર લોન્ગના ઉપલા શબ્દો "માઠાં પાછળ ઘોડો જોડવાની" તકરારી રીતને વખોડીને એ હકીકતને ખરી માનીને તેની અનુભવ અને અવલોકનને આધારે તપાસ કરીને સામેની મેળવવાની ભલામણ કરે છે. મરણ પામેલાંઓ કંઈ પણ જાતની હસ્તી ધરાવતાં નથી, એમ માની શકાય, તો આ સવાલનો કહેવો થઈ શકે નહિ પણ તેઓ કંઈ દેર-ચાલથી હાલતમાં હોવાત છે, એમ માની, તેઓ સાથેના વહેવાર માટે અવલોકન કરવાની, અનુભવ મેળવવાની, તત્ત્વીજ કરવામાં આવે, અને પછી તેનાં પરિણામ ઉપરથી મત બાંધવામાં આવે, તો તે સાદી સમજને અતુલ્યરતું—વિવાદના તરિકાને છાંવતું—ગણાય.

પણ હવે આપણે આગળ ચાલીએ. સર ઓલીવર લોન્ગ ખાદા—ભૌતિક વિદ્યાના કાનૂનેના તરીકા મુજબ કદને કદમ આપણને આગળ દોરે છે, કે જેથી આ અગત્યની બાબતની તપાસ કેમ પણ દલીલને આધારે અશુદ્ધી રહેવા પામે નહીં.

"But then the obvious question arises—How can it be possible to communicate with anyone, however intelligent, who possesses no physical instrument or organ for the communication of thought into act? How can it be possible to appreciate mere thought?"

“પણ ત્યારે દેખીતો સવાલ ઉભો થાય છે કે—કોઇ પણ હસ્તી, ગમે તેની સાલાક હોય, છતાં તે વિચારને અમલમાં મુકવા માટે કશું સાધન કે આજી હથિયાર ધરાવતી ન હોય, તેની સાથે વહેવારમાં આવવાનું કેમ બની શકે?”

આટલું તો દેખીતું છે કે શરીરને છોડવાની ક્રિયા તેમ “મૂઠ્ઠા” ગણાય છે, અને તેથી ૨૨જી પામલાંઓ પોતાના વિચારોને અમલમાં મુકવા માટે શરીર જેવું કશું સાધન ધરાવતાં નથી. આટલા માટે હોવાત માણસો જે તેઓ સાથે વહેવારમાં આવવાની કોશિશ કરે તો પરસ્પરના વિચારો બહુવાનો રસ્તો શું? આ પહેલો, મુખ્ય અને શુચવાડા બર્થો સવાલ છે. પણ અહીં પશ્ચિમ તરફની આગળ વધેલી નિધાને લગતી એક ચમત્કારીક શોધ, જેનો આજની દુનિયામાં બહોળા પ્રમાણમાં ઉપયોગ થાય છે, તે આપણી મદદ આવે છે.

“A partial answer is given by the experimental discovery of telepathy, which appears to be a direct process of transmission from mind to mind. But still, for any kind of reproduction or utilization, or conveyance to others, a physical process is necessary. An instrument of some kind there must be; but it does not follow that the instrument employed need necessarily be the property of the communicating intelligence. A musician deprived of his instrument might learn to play on another. Without an instrument of some kind—be it only a pen—his soul might be full of music, but it would be silent and unapprehended, it could not be reproduced, it could not even be written; an inferior or a strange instrument would be better than nothing, and might once more confer upon him some power of utterance.”

“એક મન તરફથી બીજા મન તરફ વિચારોને મોકલવાની સીધી રીત જે અખત-સાચોથી સંજેત થયેલી ‘ટેલીપથી’ ની શોધને નામે ઓળખાય છે, તેને આધારે ઉપલા અવાલનો જવાબ દાંદક ભાગે આપી શકાય છે. પણ વિચારોને ફરી ઉપજ કરવાની, કામે લગાડવાની કે બીજાંઓ તરફ લઈ જવાની કોઇ પણ જાતની ક્રિયા માટે, આજી પ્રયોગ અગત્યનો છે. તે માટે કોઇ પણ જાતનું સાધન કે હથિયાર જોઈએ; પણ તેથી એમ દરેક નથી કે તે કામે લગાડવામાં આવતું સાધન તે વિચાર મોકલનાર હસ્તીનીજ મીઠકત ખાસ કરીને હોવી જોઈએ. એક ગરૂંથો કે જેવું વાજીત જવું રડું હોય, તે બીજા વાજીત ઉપર વગાડનાં સીખી શકે. કોઇ પણ જાતના સાધન—પછી તે માત્ર એક કક્ષમ પણ હોય—તે વગર તેનો આત્મા ગાયનથી ભરપૂર હોવા છતાં, સુગો અને શુચવાડામાં રહેલો હોય છે; કારણ તેનું ગાયન જાહેર કરી શકતું નથી, લખી પણ શકતું નથી; કોઇ પણ સાધન નહીં હોય તે કરતાં એક હલકું કે અખડણું વાજીત પણ ચડીઆતું ગણાય, અને તેથી પોતાની સક્ષિતને જાહેર કરવાની તેને કંઈ તક એકવાર ફરીથી મળી શકે.”

સર ઓલીવર લૉન્ગના ઉપલા ચબ્દોની મનલગ્ન જેઓ સમજી શકે, તેઓની નજરે વળી “વહેમોના બાટકું” ઉભો થશે. આ દુનિયાની બહારની ખાજી શરીરનાં સાધનથી બેનસીગ હસ્તીઓ બીજા કોઇ “વાજીત” કે સાધનનો ઉપયોગ કરી પોતાના વિચારો જાહેર કરી શકે, પોતાના આત્માનું ગાયન સંભળાવી શકે, એવો સર ઓલીવર લૉન્ગનો મત



ને “ટલીપથી” ની અખતરાશી વિધાના આધાર ઉપર રચાયેલી છે, તે—પેલા જુના પુરાણા “વહેમો” ને તાત્ત્વ કરે છે.

દોંગ અને હગવા માટે ઉભા કરેલા દેખાવો બાજુએ મુકતા, પેલી જુના જમાનાની “ધુણવા” ની ક્રિયા, “દીલમાં આવવું” ગમેરે બનાવેને સર આવીવર લોજના મતની રોશનીમાં તજસતા, તે વહેમોના બિતરમાં કોઇ સમ્યાઇ સમાયલી જણાવે. બેચક આવા બનાવો ઉત્તરનને પાત્ર નથી, પણ તેમને હસી દાડવાથી, દોંગ અને વહેમ ગમ્મીને તુચ્છકરી કાઢવાથી, તે વહેમો ખોટા હરતા નથી કે નાકુદ થતા નથી. પણ વિધાને આધારે તેની સમજ આપી, તેણે સમાયલાં ગભીર જોખમો ખુલાવેવાર રજુ કરવાવીજ, તેવી મેલી વિધાઓ પરનો અમલ ઓછો થઇ શકે છે. પુગતન શીલસુશીને લગતી જે કેટલીક સમ્યાઇઓ “વહેમ” ની છાપ મેળવી યુરોપિયન ખાટી વિધાના ધસાગથી ગદ થઇ, તેજ “વહેમો” હવે મિદ્ધ થયેલી સમ્યાઇઓ તરીકે નવા અનતારમા પશ્ચિમ તરફનાજ ઉરતાંની સત્તા માથે ફરીથી દાખલ થાય છે, અને આ ગીતે ધર્મોને પામે વિધાના ટેકા સાથે વધુ મુરતારીમ બને છે આજ બાબત ઉપર સર ઓલીવર લોજ આમળ ચાલતા જણાવે છે કે.

“Now the facts of multiple personality show that a single human body can under exceptional circumstances be played upon by several intelligences, not only by one the normal occupant can as it were be ousted sometimes, and its place taken by others. That is the appearance, and the appearance may turn out to be nearer reality than had been thought likely.”

“There are certain people whose value for the purpose of enlarging our experience is much greater than has yet been recognized, who self-sacrificingly allow the bodily part of themselves to be employed in conveying messages, which are received telepathically, or they know not how, from intelligences other than their own. Their own personality goes into abeyance or into trance for a time, while their body and brain continue active, and thus messages are transmitted about facts previously unknown to them, and which subsequently leave no accessible deposit in their memory.”

“જોકે શરીરમા અનેક જીવોના અસ્તિત્વની હમીયો પાથી જણાય છે કે એકજ માણસાઇ ચરિત મારફતે અસાધારણ સંજોગો વચ્ચે એક નહી પણ અનેક જીવો કામ કરી શકે છે, કેટલીક વાર તે ચરિતના ખરા માલિકને જાગે વધાર કાઢી મૂકનામાં આવે છે, અને તેની જગ્યા બીજા જીવો લે છે. આવું દેખીતી રીતે માલુમ પડે છે, અને તે દેખાવો બનેલા જોગ ધારનામા આવે તે હરતા વધારે બન સામેત થાય છે.”

“કેટલાંક માણસો એવા છે કે જેઓની અગત્ય આજ સુધી ગ્રીકગવામા આવી છે તે હરતાં આપણા અનુભવમાં વધારો કરનાના કામ માટે અતિ ગમ્મી વધારે છે, જેઓ જાતીભોગવી મીનોઇ સદયાઓ પુરા પાડનાના કામ માટે પોતાના ચરીરને ઉપયોગ કરવા દે છે, કે જે સદયાઓ “ટલીપથી” ની રીતિ, કે બીજી કોઇ નહી સમજ પડે એવી રીતે, તેઓના પોતાના સિવાય બીજા કોઇ જીવો તરફથી મેળવવામા આવે છે તેઓના પોતાના જીવ તેટલી વાર બાજુએ થઇ જાય છે, યા એક જાતની બેમાન હાલતમા રહે છે, અને તેઓજી

શરીર અને મગજ ચચળ રહે છે, અને આ રીતે તેઓને આગળ નહીં જણાયેલી હકીકતોના સંદેશો મળે છે, અને જે સંદેશો પાછળથી તેઓની યાદશક્તિ પર દર્શાવાયેલી મુદ્દા જતા નથી.”

હવે “ધ્રુવવાના ધતીંગ” અને “દીક્ષમાં આવવાના” બનાવો વિષે શું ધારવું? પણ સાંધી અગત્યનો સવાલ આપણા મનમાં એ હોય છે કે સર ઝાંલીવર લોન વિષે શું ધારવું? આ નામીયા વિદ્યાનની ધરડી નજર તેને હમી તો નથી? તેની વદ સમજન શક્તિમાં કંઈ ખામી તો નથી આવી?

આજ લગભગ અર્ધ સદી થઈ જઈએ અને અમેરિકામાં “સ્પીરીટ્યુએલીઝમ” યા પ્રેતાવાદન વિધાને નામે ચાલતા આવા અખતરાઓ મામે ગમે એવી સખત વિશ્લેષતા છતાં, તે અખતરાઓ બંધ પડ્યા નથી, એટલે તે અખતરાઓ તરફ સર ઝાંલીવર લોન જેવા અનેક સાયન્ટીસ્ટોનું ધ્યાન ખેંચાયું છે, કે જેઓની મારફતે કુદરત પોતાનું કામ કરી આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતોને સાબિત કરવાના દરવાજા હવે ખુલ્લા મુકે છે. દિંદમાંથી જે હકીકતો નામુદ્ધ થતી ગઈ, તેને ધ્રુવોંક અને અમેરિકાએજ પછી ધારણ કરી, અને સુધરેલાં રૂપે તે આપણી સન્મુખ હવે રજુ થાય છે. દિંદમાં જે જંગલી ઢપે અને કદંગી રીતે થતું હતું, તે આ સુધરેલાં દેશોમાં સુધરેલી ઢપે અને ફેશનેબલ રીતે થાય છે, પણ તે એવા અનુભવ સિધ્ધ, વિદ્યાના અખતરા રૂપી પુરાવાઓ સાથે હવે રજુ થાય છે કે, છેવટ તેમાંથી ખરી સમ્બાધઓ પ્રકટી નીકળે છે.

સર ઝાંલીવર લોન જે જણાવેલી ઉપલી હકીકતની શેરનીમાં પુરાતન જમાનાની રાજ વિક્રમની વાર્તાઓ અને એવાજ બીજા કદાચી ક્રીસ્ટાઓમાં જુપાયેલી મીનોષ વિધાને લગની હકીકતો અજબ મનહ આપશે. જેઓને પુરાતન જમાનાના કદાચી ક્રીસ્ટાઓમાં “પિયા-એની વાર્તા” જણાતી હોય તેઓ પશ્ચિમ તરફની જુદી જુદી વિદ્યાઓની શેરનીમાં તે કદાચી ક્રીસ્ટાઓ વચ્ચે, તો ધ્રુવોંક આધ્યાત્મિક હકીકતો તેમાં ગ્રુથી લીધેલી માલમ પડશે. જાહેર પ્રજાને વિદ્યત મીનોષ સમ્બાધઓ આપવાની તે સહેલી અને રસ વરી રીત હતી. અરબી, દરાની, ટરકીશ વગેરે વાર્તાઓ જીવ અને શરીરના આવા સમંધ માટેની સમ્બાધઓની બરપુર છે. સવશું પુરાતન સાહિત્ય જાહેરમાં એક રૂપ દેખાડશે, પણ તેનાં જાતેનમાં જુદાં જુદાં રૂપ મહાપલું જણાશે. પણ “જેની જેની જુદી!”

“હવરત”ને નામે ઝોળખાતી તેમજ તેને મજની બીજા ક્રિયાઓ વેળાએ, જે માણસ તે ક્રિયા એક જુવા (medium) તરીકે કરે છે, તે માણસનો જીવ તેટલો વખત ગોળા “ઉપમાં” પડે છે, અને આ દુનિયાની જવારની બીજા જોષ દલડી કે હમી શક્તિ, દસ્તી-જન, પરી, ખુત, કે ગમે તે નામ તેને આપો તે—તેનાં શરીર અને શરીરને લગતી તમામ શક્તિઓનો કબજો લે છે, અને જે હકીકત તે શરીરનો ખરો ગણેક પોને નવી જણાતો, તે હકીકત બીજાને જીવ પેલા શરીર મારફતે જાહેર કરે છે, અને તે દસ્તી પાછી વધારે તે શરીરને ઘેરી જાય છે, અને તે શરીરનો અસલ માલક પોતાની “જીવ” મોટી જાણવા લાય છે, ત્યારે તેને તે હકીકતનું કયું જાન દોનું નથી.

આ રીખતા દલડા જતાવમાં, આ રીખતા “વડેમ”માં, માણસના જીવની મરજ પડીને આજ રહેતી દસ્તીને આપણને નહીં રહ મુકાયે એવો મુનકામ પુરવો મળે છે.

## અનુભવેલી દવાઓ.

(લેખક—તંત્રી.)

(૧.) સોજો હિતારનારો લેપ—સુખ જોડે લેટ અને કુવાનેલી ફટકડી એક સરખા પ્રમાણમાં લેધને પત્થરના ખલમાં ખુબ ઘુટવો જોઈએ તેમાં લીનાશ આવી મદદ મળતી જોઈએ જાની જાણ છે. દવા જલુ સુધી હોય તેથી કે બીજા કોઈ કારણથી કપગની ત્રીજો ઘુટાવા કોરીજ રહે તો પછી તેમાં કિમિત પાણી મેળવી ઘુટવા જવું અને અલભ જોઈએ થયે તેનો સોજા અઢેલા બાગપર લેપ કરવો. આ દવા ખાધા પીધામાં ન જાય તેની ખાસ લેખાળ રાખવી.

(૨.) દમ ખૂબ અઢયો હોય ત્યારે તે (હાંફણ-ધાસ) મટાડવા માટે મુખ-વાની અકસીર દવા.

એમીલ નાઇટ્રાઇટ.....૨ ટીપાં.  
 રાઇના સલ્ફાઇડ તેવ ( મરટાઈ કસે-શીયસ ઓઇલ ).....૧૦ ટીપાં.  
 ધર..... ૦૧ ઓંસ.  
 આલ્કોહોલ.....૪ ઓંસ.  
 ઉપર લખેલી ત્રીજો બરાબર એકત્ર કરી તેમાંથી થોડાંક ટીપાં રૂબાય પર નાખી દર-દીને મુખવા આપવા.

(૩.) માથાની ટાલ મટાડી વાળ ઉગાડનારી અને વધારનારી દવા.

ટીકચર કૅન્થેરીડીમ..... ૧૬ ગ્રામ.  
 સ્પીરિટ રોઝોરિની..... ૧૦ ટીપાં.  
 સ્પીરિટ લેવેનકુક્લી..... ૧૦ ટીપાં.  
 કોલ્ડમ વોટર ( ધણુ કી કોલ્ડમ )..... ૧૬ ઓંસ.

ઉપરની વસ્તુઓને બરાબર મિશ્ર કરીને પછી તેમાં કલનવતો ફટકો અગર ૩ બોળાને ટાલવાળા બાગપર ધીમેથી ધસવું વાળતા મળમાં જરા બળતરા જોવી લાગણી થાય તેથી અમરતું નહિ કારણ તેમ થતા પછીજ વાળનાં ત્રીજો પોપણ મળાને વાળ ઉગવાતું દમ હોતોત થાય છે.

(૪.) આંખનાં પોપણાં ખીલથી ટુલી ગયાં હોય તે મટાડવાની દવા.

ટેનીક એસીડ એક ભાગ, અને બોરેસીક એસીડ બે ભાગ એકત્ર કરીને પછી પોપ-આંખને અવળાં ફેરવી ખીલ ઉપર આ દવાની ભૂંટી બાગપરની. અથવા—

આર્ગેડોન એક ભાગ અને ગ્લીસરીન ૬૦ ભાગ બરાબર મિશ્ર કરીને પોપણને ઉલટા કરી ખીલ પર દવા પોપડી. અથવા—

યસો આલ્કોહોલ ઓફ મરટુરી ( પીગા લિગેન્ડ ).....૮ ગ્રેન.  
 ઓટ્રોપીન.....૨ ગ્રેન.  
 બોરિક એસીડ.....૧૦ ગ્રેન.  
 લેવેલીન.....૧ ઓંસ.

ઉપરની ચીજોને બરાબર એકરસ કરી પછી તેમાંથી થોડી નીચેના પોપચાની અંદર લગાવી જેથી આંખોનો સોજો, ફુખાવો, ખીલ, કુલું અને ઝાંખ મટે છે.

## જાણવા યોગ્ય સમાચાર.

વિચિત્ર સમાચાર-સુધાનિધિમાં ઇર્ષલિંગના વેદરાજા સીતારામજી લખે છે કે એક પચાસ વર્ષની એસવાલ વાણીયાની સ્ત્રી-વાંકનેરની પાસે રાજકોટના ગામમાં છે. સાત આઠ વરસથી તેની વિચિત્ર હાલત છે. એનું પેટ સાધારણ સ્થિતિમાં રહે છે. પરંતુ બે ચાર માણસ તેના પેટની સ્થિતિ જોવાને જાય છે ત્યારે તે પોતાના પેટની તરફ જોઈને કહે છે કે બધા બોલ નહિ તો આ માણસોને વિશ્વાસ પડશે નહિ." એનું કહ્યા બરાબર તેનું પેટ કુલવાને આરંભ થાય છે અને ત્રણ ચાર મિનિટમાં કુલીને નવ માસનો ગર્ભ હોય તેવું મોટું થાય છે. પેટની ચામડી રક્તવર્ણની થઈ જાય છે. અને પેટની અંદરથી બાલકના રોવા જેવો અવાજ આવે છે તેની સાથે દ્યુતરના બોલવાના અવાજ જેવો અવાજ પણ આવે છે. અચાજ આવવાની સાથે પેટનો ભાગ પણ વધારે જાય છે. જ્યાં સુધી બાળક બોલતું રહે છે ત્યાં સુધી પેટ કઠણ અને કુલતું રહે છે. રોવાનું બંધ થવા સાથેજ પાંચ સાત મિનિટનાં પેટ પાછું હતું તેવું થઈ જાય છે. જ્યારથી આ સ્ત્રીની આ હાલત છે ત્યારથી તેને સંતાન થતું નથી. આ બનાવથી એ સ્ત્રીને કોઈ પણ પ્રકારનું દુઃખ થતું નથી. એ સ્ત્રીનું એમ કહેવું છે કે આઠ નવ વર્ષ પહેલાં મારો એક છોકરો આઠ નવ વર્ષનો થઈને મરી ગયો હતો. એક દિવસ મેં તેને સ્વપ્નમાં જોયો. તે મારા પલંગની પાસે આવ્યોને કહેવા લાગ્યો કે રા દુઃખો મને રહેવા માટે જગા બતાવ. મેં તેને સ્વપ્નમાં કહ્યું કે બેઠા આવ્યો તો સારું થયું આ લોકમાં ( જે પાસે મુકેશે હતો ) રહે. થોડી વારમાં મારી નિદ્રા જતી રહી અને મેં તે લોકમાંનું શાણી પીધું ત્યારથી મારા પેટમાં આ પ્રમાણે થાય છે. કોઈ યુગ્મન આ બાબતમાં વધારે અજાણ્ય થોડી ચૂકે તો સારી વાત છે. વેદ.

અમેરિકામાં મી. ઇ. જી. લુઈસે પોતાની પાસે રૂ. ૩-૧૨-૦ ની કીલક હતી ત્યારે " લુમ્બર મેગેઝીન " ( મહિલાઓનું માસિક ) નામનું માસિક ચોપાનીનું પાંચ આનાના માસિક લવાજમે બહાર પાડ્યું હતું. તેનાં આજે એક દરોડ ચાલકો છે, અને તેમાં તેને રૂ. ત્રણ દરોડ પેના કર્યા છે.

" ગુજરાતી પત્ર " તા. ૧-૪-૧૯૧૭.

બાવનગર રાજ્યમાં સોળ વર્ષની અંદરની વયના બાળકોને માટે કોઈ પણ રીતે તમાકુ નહિ વાપરવા માટેનો દરખાસ્તી દાખલ થયો છે. અને તે દુકમનો બંધ કરનાર કે દેશવનાર દબાવને લોગ રાજ દરખાસ્તનું બહેર થયું છે.

" ગુજરાતી પત્ર " તા. ૧-૪-૧૯૧૭.

## મરઠી, પ્લેગ, "વિષ્ણુન્ય જ્વરકર ગ્રંથિ."

(લેખક:-વૈદ દુર્લભદાસ હરજીવન રાણપુરવાળા.)

પ્લેગ એ બધુંકર રોગ આજકાલ મુજરાત અને કાઠીયાવાડના લગભગ ધણા ગામે, ધરે અને વગડાનાં છાપરે પણ ત્રાસ વર્તાવી રહ્યો છે અને તેથી પ્લેગનાં ભોગ થવામાં બ્રાહ્મણ કોઈ શહેર અગર ગામ ખાલી રહ્યું હશે. દરેકને આ દુષ્ટ રોગથી પોતાની જીવન બચાવવાની ઉપાધિ યર્ષ પડી છે. ગયા ચોમાસામાં થયેલી અતિવૃષ્ટિના કારણે અમુક સ્થળે કચરો, મગ મૂત્ર અને પાણીનો જમાવ થયેલ તેથી અને તેના ઉપર સૂર્યનો તાપ પડવાથી થતા કોહવાટથી હવા દુષિત (ઝેરી) થઈ તેથીજ પ્લેગના કેલાવામાં અને એકાંતી હાડ મારીમાં વધારો થતો રહ્યો છે અને તેની ત્રાસ દાયક સ્થિતિની વાતો સંભળી સહાતી પણ નથી.

પ્લેગનાં ટુંકો ઇતિહાસ.

મરઠીને ગ્રંથેશ્વર બુધોનિક પ્લેગ, મરઠી કહે છે. આર્ય શાસ્ત્રમાં ગ્રંથિજ્વર, "વિષ્ણુન્ય જ્વરકર ગ્રંથિ" ગ્રંથી ઉપદ્રવ, ઇત્યાદિ અનેક નામ છે.

મારી પાસે "સહચિતોદ" નામની હસ્ત લખિત ચોપડી છે જેની ભાષા તુલસીકૃત ગમાયણને મળતી, કુડા, ચોપાઈના રૂપમાં દેશી અમદાવાદી કાગળ ઉપર બાળભોધ લીપીમાં લખેલ છે. જેમાં પાનાં ૧૭૫ છે. તેના લખનારનું નામ શ્રી પંડિત પદારંગ શિષ્ય રામચંદ્ર આપેયું છે. લેખકે પુસ્તકના મગજાયરણમાં "સત્તનામ કવોર ધર્મદાસકી દયા" લખેલું છે. તેથી આ ચોગડી લખનાર કાંઈ કબીરખંધી હોવો જોઈએ. તેમાં "વિષ્ણુન્ય જ્વરકર ગ્રંથિ" ને માટે નીચેના ઉપાંચ બતાવ્યા છે.

૧ લીંબડાનાં પાન, લીંબડાનો કેર, લીંબડાની છાસ, ત્રણે સરખે વજન લેવા. ઉપજેટ, મરી, પુષ્કરમૂળ, તેપાળા, ધગાસા, ત્રાયમાલ્ય, રાસના એ સરખે બાગે લઈ લીંબડાનાં મૂળનો ઉકાળો કરી તેમાં ત્રણ દિવસ હુટું તેની ગોળા એ આની બાર વાળવી તે ગોળા નંગ ૨ ત્રણ વખત ખાની.

૨ ગાંઠ ઉપર લેપ—ચિત્રો, આકાશનું કુધ, લીંબડાનાં પાન, અરીસુ, કચુતરની હગાર આ સર્વે વાટી લેપ બીનો સુકો કરવો અને તે ઉપર શેક કરવો.

૩ ધુપ—લીંબડાનાં પાન, રસકપુર, સુખડ, અગર, મોચ, સરખે બાગે લઈ બારીક ખાંડી સર્વે અંગે ધુપ દેવો.

૪ અભ્યંગ—તરીરે ચોળવાને માટે લીંબોળાનું તેલ, કણ્ઠીનું તેલ, રાઇનું તેલ, હુગળાનો રસ લીંબડા પાણીમાં મેળવી સરીરે ચોપડી રાખવું.

નોટ—આ અભિયંગ સરીરે ચોળી રાખવાથી પ્લેગના હુમલાથી બચી જવાનો સંભવ રહે છે.

ઉપર લખેલા ઉપાગો તે પુનઃકમાં જતાવવામાં આવેલ છે. હાલ પ્લેગના ત્રાસનો સમય હોવાથી ખરેખર આ ઉપાયો અજમાવવા જોઈએ. જુના વખતના આવા ઉપાયોની જો ખાની કરવામાં આવે અને ક્ષેત્રમંદ પુવાર વાચ તો જનસમાજને અનેક રીતે હિતકર થઈ પડે તેનું ધારી ઉપરના ઉપાયો જાહેરમાં પ્રસિદ્ધ મુક્યા છે જેનો જરૂર પડતાં ઉપયોગ કરી મળેશે અનુભવ આ નાનિકદારા જણાવવા વિનંતિ છે.

## વ્યાયામ.

(લેખક અમૃતલાલ નગીનદાસ હાડવૈધ. શ્રી સદૃશસાઈ વ્યાયામશાળા સુરત.)

આપણા આયુર્વેદમાં રોગનિવારણ માટે ઔષધનાં યશસ્વર સ્થાન વિહાર કે જેની અંદર વ્યાયામ એટલે અંગદસરતનો સમાવેશ થાય છે તેને આપેલું છે. કેમકે આયુર્વેદમાં માધવકર પચ્ચક્ષણ નિદાનમાં કહે છે કે—

**ઔષધાન્ન વિહારાણા મુપયોગં સુસ્વાવહમ્ । વિદ્યાદુપશયં ॥**

અર્થાત ઔષધિ, ખોરાક અને વિહાર એનો યથાર્થ ઉપયોગ તેજ ઉપદાય.

તદુપરાંત અર્વાચીન મન્યના પાશ્ચાત્ય વૈદ્યકીય વિજ્ઞાનીઓએ પણ ગાર્હ વળકીને જાહેર કર્યું છે કે ઔષધી કરતાં વિહાર નામ પરચેલ તથા વ્યાયામાદિ વર્તન કોઈ પણ રીતે રોગનિવારણમાં ઉતરતું પદ ભોગવતાં નથી. આવી રીતે એ વિષય ઉપર પૌર્વાત્ય અને પાશ્ચાત્ય બન્ને વિદ્વાનો એક મતના છે તો તે વિષય મંબંધી મારો મતદિંચીત અનુભવ આપના સુપ્રસિદ્ધ માસિકમાં મુકે તે અસ્થાને દેવાશે નહીં.

હમારી પાસે આસ રોગનિવારણને માટેજ વ્યાયામના સાદા અને સરળ પ્રયોગો ઘણા છે જેનો ઉપયોગ જિઓ જાળકે તથા જુદો એક સરખી રીતે કરી શકે છે. કોઈ પણ જિવાસુને જાણવાની આવશ્યકતા હોય તો તેને હમારી વ્યાયામશાળામાં વિના કુલે ધણીજ ખુશીથી બતાવીશ. યોગરતનાકરકારક કહે છે કે,

**લાઘવંકર્મસામર્થ્યં વિભક્તચનગાઘ્રતા ।**

**દોષક્ષયોગિ વૃદ્ધિશ્ચ વ્યાયામાદુપજાયતે ॥**

વ્યાયામ નામ અંગદસરતથી સરિરમાં લાઘવ નામ દુષકાપણ તથા કામ કરવાની શક્તિ આવે છે, તથા વિભક્ત ધનગાઘ્રતા એટલે આજસથી થયેલું અંગતું જડપણ નહીં પામે છે, તેમજ વાતાદિ દોષોનો ક્ષય થઈ અગિરદિ થાય છે. વળી—

**વિરુદ્ધવા વિદગ્ધવા મૂક્તં શીઘ્રં વિપચ્યતે**

**ભવન્તી શીઘ્રં નૈવસ્ય દેહેશીથિલતા દયઃ ॥**

અગિ એટલે ક્રુધી વધે છે કે કુપર્ય અથવા દુર્ગર પદાર્થ ખાધો હોય તો તે પણ પચી જાય છે અને જોને એટલે વ્યાયામ શિથિલતા આદિ કાળેની પીસકુલ થતી નથી તો આજના વિદ્વાનવર્ગમાં દમેશાં-અગિમાંઘ, આજસ, જડતા, અર્પ, દિરડીરિયા, હૃદયરોગ, મુત્રપિટોનો રોગ, બંધકુંદ, આદિ વ્યાધિઓ ઘણે જાગે દીકામાં આવે છે તેનો પોદાર નાશ કરવા માટે આપણા જિ મુનિશેષે આપણે માટે તૈયાર કરી રાખેલા આવા માર્ગ લેવા આંખ ખોલવાની જરૂર છે કે જેથી પાશ્ચાત્ય મદામારત યુદ્ધના સમયમાં ઔષધીની પડતી તાણ પિના અર્થે પુરી કરી શકાય અને દમેશ નીરોગી રહી સકાય. વળી—

**વ્યાયામાદ્દૃઢમાત્રાણાં વ્યાધિર્નયોપજાયતે**

અર્થાત અંગદસરતથી મજબુત બનવેલા સરિરવાળા માણસને રોગ દરી થતોજ નથી. વળી વ્યાયામ ન કરનાર માટે કહ્યું છે કે—

(અર્પ.)

\* આમા વેદકાંધેન વળે વ્યાયામના પ્રયોગો પ્રત્યક્ષ કરી બતાવતી વળતે તાંત્રિકા માટે લખેલા પાંતુ સમ્બેવનતા કાર્યક્રમમાં વળતુ ન મળવાથી આપના પ્રસિદ્ધ પત્રમાં પ્રકટ કરના માટે મોક્ષેલો લેખ.

# धन्वन्तरि.

## SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरि धृतकरानृतपूर्णकुम्भा पीताम्बरं सकलरिद्धसुरेन्द्रवन्द्यम् ॥

चन्द्रेर्विदग्धयतं मणिमाट्यमायुर्वेदः प्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

दायका अमृतशी बरेलो दुःख धारण करी रहेला, पीणा वस परिधान करिनास, सर्व सिद्ध सुरेन्द्रेने पक्ष प'दन करवा लायक, कमण सरभा नेत्रपाणा, अग्निभाणा रहेरी रहेला, आयुर्वेद वेदसे वैद्यशास्त्रना प्रवर्तक, अने वणी लेभना नागनुं स्मरण (अनुस्मृति) करवाशी दैव गा'नारा पागे छ, जेवा श्री धन्वन्तरि भजवानने नमन कर छु.

"Mens sana in corpore sano" "पहेछु' गुण ते जते नर्या."

पुस्तक ११ भुं.]

इष्टुआरी १९१८.

[अंक २ ले.

## Poverty and Wealth.

(By ELLA WHEELER WILSON.)

The stork flew over a town one day,  
And back of each wing an infant lay;  
One to a rich man's home he brought,  
And one he left at a labourer's cot.  
The rich man said, 'My son shall be  
A lordly ruler o'er land and sea.'  
The labourer sighed, 'Tis the good God's will  
That I have another mouth to fill.'  
The rich man's son grew strong and fair,  
And proud with the pride of a millionaire.  
His motto in life was, 'Live while you may,'  
And he crowded years in a single day.  
He bought position and name and place,  
And he bought him a wife with a handsome face.  
He journeyed over the whole wide world,  
But discontent in his heart lay curled  
Like a serpent hidden in leaves and moss,  
And life seemed hollow and gold was dross.

He scoffed at woman, and doubted God,  
And died like a beast and went back to the sod.  
The son of the labourer tilled the soil,  
And thanked God daily for health and toil.  
He wedded for love in his youthful prime,  
And two lives chorded in tune and time.  
His wants were simple, and simple his creed,  
*To trust God fully*: it served his need,  
And lightened his labour, and helped him to die  
With a smile on his lips and a hope in his eye,  
When all is over and all is done,  
Now which of these men was the richer one?

## Which Are you ?

( BY ELLA WHEELER WILCOX. )

There are two kinds of people on earth today !  
Just two kinds of people, no more, I say.  
Not the sinner and saint, for it's well understood  
The good are half bad, and the bad are half good.  
Not the rich and the poor, for to rate a man's wealth  
You must first know the state of his conscience and health.  
Not the humble and proud, for, in life's little span,  
Who puts on vain airs is not counted a man.  
Not the happy and sad, for the swift flying years  
Bring each man his laughter, and each man his tears.  
No; the two kinds of people on earth I mean  
Are the people who lift, and the people who lean.  
Wherever you go, you will find the earth's masses  
Are always divided in just these classes.  
And, oddly enough, you will find too, I ween,  
There is only one lifter to twenty who learn.  
In which class are you ? Are you easing the load  
Of overtaxed lifters, who toil down the road ?  
Or are you a leaner, who lets others share  
Your portion of labour and worry and care ?



## Instinct vs. Reasoning.

"The *Metabolist*", May 1913, Vol. I No. 4; says on page 82:-

"It is a humiliating reflecting (sic) on human intelligence when we compare the other large mammals with man and find that, unless they happen to be domesticated, no diseases of metabolism occur amongst them.

What guides the large mammals, apart from man, in the selection of their dietary? It is instinct and it is an unfailing guide. The elephant has it in daily use and prospers physiologically, a learned professor of physiology works for years with his microscope and test-tube and becomes rheumatic or diabetic. Instinct is dormant within the civilized human. He has supplanted it with his brain, forgetting that the human brain is the biggest box of tricks in the universe. Man, the proud possessor of a cerebrum that makes him a free agent, plays tricks on Nature, and Nature, in revenge plays tricks on man that make the angels weep

"Reasoning at every step he takes,  
Man oft mistakes his way  
While meaner things which instinct guides,  
Are seldom known to stray."

રિપરિચ્યુએલીઝમ અથવા મરણ પામેલાં વહાલાંઓ  
સાથેનો આપણો સંબંધ.

( અનુસંધાન ગાનાની પૃષ્ઠ ૨૮ થી )

લેખનાર—અરુણ નરસિંહાનંદ બીલીમિરીયા.

મરણ પામેલાંઓની માત્ર રહેતી હસ્તીના જે પુગવાઓ પશ્ચિમ તરફની વિદ્યાને આધારે જુગ જુગ વિદ્વાનો તમ્મથી આપવામાં આવે છે તેની શકાત અને ધાર્મિક ગાયુરોને તે જરૂર હોતીજ નથી પણ જેઓ ધર્મનિષ્ઠાની આ આગની શીલકરીને ધરતું વચન આપવાને બદલે આજની પશ્ચિમની શીલકરીઓ તરફ દોરવાયવા હોય, તેઓ માટે આ

પુરાવા વિચાર કરવા યોગ્ય છે. વળી ધર્મ-મજ્જિમની રૂએ શ્રદ્ધાથી જો ધર્મને લગતી મરણ પામેલાઓ માટેની ક્રિયાઓ ઉપર અમલ કરનારાઓને પણ આ વિદ્વાનોના મતથી ધણું બંધાવાનું મળશે, કારણ મરણ પામેલાઓ માટે પ્રાર્થના, ક્રિયાઓ વગેરેની કેટલી અગત્ય છે, તે સર ઑલીવર લૉન્ગના મતથી સિદ્ધ થાય છે, એટલુંજ નહીં, પણ ધણાએક પુરાતન “વહેમો” કે જે સમ્પ્રદાયથી બરપુર છે, પણ જેની મિત્તરની શીલસુરી આપણે સમજી શકતા નથી, તેવા કહેવાતા વહેમોના શુભ બેદો અને મતલબ કંઈક દરમિયાન ખુલ્લા થવાથી તે લાભકારક કે હુકસાનકારક છે, તે આપણે જાણી શકીએ છીએ.

પણ આ તકે આટલું બધું બાધ જરૂરું છે કે આગના વિદ્વાનો મરણ પામેલાઓ સાથે જે ધોરણે વહેવાર રાખે છે, તે આપણા ધર્મના મૂળ સિદ્ધાંતોથી ઉત્પન્ન છે. જરૂરોસ્તી મજ્જિમ તેમજ હિંદુ ધર્મ એવી રીતે ટેકા આપેલા નથી. મરણ પામેલાઓની ક્ષતિમાં કોઈ પણ મજ્જિમથી સંદેહથી ખસલ કરનારા કામને એ પુરાતન ધર્મો વખોડી કાઢે છે. આટલા મોટે મર ઑલીવર લૉન્ગ તેમજ સામાન્ય રીતે સાધારણ રીસર્ચ સોસાયટી—જે ખામ આપ્યા કામો અને અખતરાઓ માટે ઠીક થયેલી છે—તેમની તરફથી થતા અખતરાઓ ઉપર અમલ કરવાની અમે કામને કદી બલામણ કરીશું નહીં—મુઃ સર ઑલીવર લૉન્ગ પોતે એ કામ આણુ રાખવા માટે મના કરે છે. માત્ર વિદ્યાની રૂએ શોધખોળ કરી ખાતરી કરવા માટે આ વિદ્વાને આ અખતરાઓ કર્યા છે, પણ એવા અખતરાનો આણુ ઉપયોગ કરવાની તેમની સલાહ નથી, તે આપણે આગળ ચાલતાં નેહ્યું.

આ વિદ્વાનનું હેતુ પુસ્તક “રેગલ યાને હાંદગી અને મોત” આ બાબદ ઉપર છેલ્લામાં છેલ્લી વિદ્યાઓને આધારે જે પુરાવા રજૂ કરે છે, તે આપણા ધર્મની ધણીક શીલસુરીઓને ટેકા આપનારા હોવાથી તે પુસ્તકના જરૂર જેવા ભાગોનો અને ઉપયોગ કરવાની ધારણા મખનામાં આવી છે. આ બાબદ બહોળા તેમજ વિકટ હોવાથી તે બહુ ટુંકાવ જો દેખીતું છે. આટલા માટે પોતાના ધર્મને લગતી શીલસુરી સાથે મુકાબલો કરી લેવાનું વાંચનારાઓ અને અભ્યાસીઓ ઉપર છોડી માત્ર હુકામાં તે માટેના ધસારાઓ અને મુશ્કેલી જવાનું વાજબી ધારનામાં આવે છે.

મજ્જિમ પુસ્તકની તપાસ પાઠ્યગી લેવાનું રાખી પહેલાં “ધી રૂટ-ક મેગેઝીન” માં આવેલી બાજુ પુરી કરી લેવી વધારે ઠીક યથ પડતો. આ માસિક ચોપાનિયામાં પોતાનો વિષય આગળ ચલાવતાં સર ઑલીવર લૉન્ગ જણાવે છે કે, એક મરણ પામેલા માણસનો જીવ પોતાના શરીરથી છુટો થવા બાદ બીજાં કોઈ પણ દેવાત માણસના શરીરને જરૂર પડતાં પોતાના ઉપયોગમાં લઈ શકે છે:

“It turns out to be possible for a discarnate mind to utilize and, so to speak, manipulate the organism of another person, either directly or indirectly, and under circumstances of considerable difficulty, and thus convey a message to friends still living on the earth.”

“એક હુકું પડેલું મન ( પ્રૈત ) સીધી કે આકસ્તરી રીતે અને ધણીજ મુશ્કેલીના સંદર્ભોમાં બીજા માણસના શરીરનો ઉપયોગ કરી શકે. અને એ રીતે આ દુનિયામાં દેવાત રહેલા પોતાના દોસ્તોને સદિવા મુલાકાતી શકે, એ બનવા ભોગ છે, એમ જણાયું છે.”

કુદરતમાં હસ્તી ધરાવતો ઉપદો અમત્કાર એશિયાની પ્રાજ્યોતે અજાણ્યો નથી, પણ યુરોપીયન અને અમેરિકન પ્રાજ્યો તેો માત્ર છેલ્લી આરંધી સદી થયાં અખતરાઓથી આ હકીકત શીખતી આવી છે.

આપણામાં-વૃદ્ધ વયનાં એવાં ઘણાં માણસો આજે પણ હંયાત હશે કે જેઓ મર-  
જાલીનર હોજના મર્તે પોતાના અનુભવની કોષ્ઠક વાતથી ટેકા આપવા તૈયાર થશે, પણ  
હાલની “કેળવાપણી” જોલાદ તેની “જુત પ્રેતની વાતો” ને હસીજ નાખે છે. જરયોસ્તી  
અને હિંદુ ધર્મની ક્રિયાઓ, કેટલાક જુના રિવાજો, અને વૃદ્ધોની માન્યતાઓનો મૂળ મળખ  
કુદરતની આ હકીકત છે. જે કેમોમાં મરણ પામેલાંઓ માટે ઘટતી ક્રિયાઓ થતી નથી,  
તે કેમોમાં આવા દાખવા સાધારણ થઈ પડે છે.

આપણા ધર્મની ક્રિયાઓમાં મરણ પામેલાંઓ પાછળ થતી દેટલીક હંચી ક્રિયાઓની  
મૂળ તેમજ શરીરથી છુટા પડેલા જીવ એટલે પ્રેતને શાંતિ આપવાની છે કે જેથી તે  
જીવ સ્થૂલ વાસનાઓથી ચુકત થઈ શાંતિમાં પોતાની આધ્યાત્મિક ઉત્તિ હરવામાં રોકાય.  
જેરસારણાંની ક્રિયા, “સરોશ બેસાડવા” ની ક્રિયા, શ્રાદ્ધ સરાવવાની ક્રિયા, વગેરેને લીધે એક  
જીવની અવેશો જીવ “જુત” થતો નથી, એ જીવો પુરાણો મત એક વહેમ નથી, પણ વિદ્યાના  
આધારમર રચાપણી એક ખરેખરી હકીકત છે, એમ આપણે આગળ ચાલતાં જોઈશું.

પણ કુદરતી રીતે સગાસ હંડ છે કે, એક છુટા પડેલો જીવ એક પારમ્ શરીરનો  
ઉપયોગ કેવી રીતે કરી શકે? આ સવાલનો ખોલાસો સમજવા અગાઉ શરીર અને મન  
એ એ તદનજ જીવી હસ્તીઓ હોવા છતાં મન શરીરમાં રહીને કેરી રીતે કામ કરે છે,  
ખંનેતો મંબંધ કેવા પ્રકારનો છે, તે સમજવાની જરૂર છે. શરીર ખાડી-પાર્થિવ છે, તે  
મુકીમાંથી પેા થયથું છે, મન ખાડી નથી, તે ખાડમાંથી પેા થયું નથી, છતાં આ બે  
તદનજ જીવ પ્રકારની હસ્તીઓ સાથે મળી કેમ કામ કરે છે, તે પહેલાં જાણવાની જરૂર  
છે. માણસના મનના વિચારોને શરીર અગલમાં ચુકે છે—પણ તે કેવી રીતે? શરીર અને  
મન વચ્ચે જે સંબંધ હકતી ધરાવે છે, તે સમજવો વિદ્ય છે, શરીર ઉપર મન કેવી રીતે  
રાજ્ય ચલાવે છે, તે સમજવાને જ્ઞાનની વિદ્યા અલકત છે, પણ તે કોણ રીતે શરીર પર  
હકમત ચલાવે છે, એ વાતની ના પાડી ચકાતી નથી.

સર જોલીનર હોજ નજીવે છે કે:

“Modes of converting thought into physical movement are innumerable, and it matters but little which of them is used. The hand, the larynx, the arm muscles, the throat muscles, are all pieces of matter amenable to mental influence, through the brain and nerve mechanism associated with them. How they can be actuated by mind at all is a puzzle, but the fact that they can be so actuated is undeniable.”—p. 655.

“વિચારને સ્થૂળ શરીરની ક્રિયામાં ફેરવી નાખવાની અર્પણ્ય રીતો છે, અને તેમાંની  
કઈ રીતનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તે ધણી અજાણું નથી. હાથ, કંઠ, હાથના આયુઓ,  
મળાના આયુઓ, એ સઘળા ખાડી બાજો છે, કે જે ભેળ માફકને અને તેઓની સાથે  
જોડાપણા જાનર્તવ્યોતે લાગતાં સાચાકામ ચારફતે મનની, અસરને તાળે ધાય છે. મન

તેઓને કેવી રીતે ગતિમાં મુકી શકે છે, તે એક શુન્નવારો છે; પણ તેઓને તેમ ગતિમાં મુકી શકાય છે, એ હકીકતની ના પાડી શકાતી નથી.”—માતું ૬૫૩.

સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ હૃદયી વચ્ચેનો મંબંધ કેમ થાય છે, મન સ્થૂળ શરીર ઉપર કેવી રીતે હક્રમત ચલાવે છે, તે ખીના હજી વિદ્યાની શોધખોળોની હદમાં આવી નથી. આ હકીકત હજી મુઠ્ઠી ખુલાસા વગર રહી છે. દારણ અહીં વિદ્યા શુન્નવાર્ય છે. પણ માણસનું મન શરીરને વધ રાખીને આજે તેવી રીતે તેના ઉપયોગ કરી શકે છે, એ ખીના વિશે ના પાડી શકાય તેમ નથી.

પણ આપણે ઉપર જોઇ ગયા કે જેવી રીતે એક મન પોતાના શરીર ઉપર હક્રમત ધરાવે છે, તેવીજ રીતે એક છુટો પડેલો જીવ એક પારકા શરીરપર હક્રમત ચલાવી શકે છે. તે શરીરનું પોતાનું મન તેટલો વખત સુશુભિમાં-એકાગ્રીમાં હોય, યા તેના હોશ મા બજાત-ભાન (Consciousness) ને તેટલો વખત બેકાગ્રીમાં નાખવામાં આવ્યું હોય, ત્યારે એક શરીરથી છુટો પડેલો પ્રેત આત્મા તેના કબજે લઇ તે શરીરને પોતાના શરીર માફક વાપરી શકે છે.

આ હકીકતના દાખલા ગામડાંઓમાં ઘણી વાર જોવામાં આવે છે. હલકી ભતોમાં જોને “દોલમાં આવવા” ના કે વળગાડના બનાવો કહેવામાં આવે છે, તે આ પ્રકારના દાખલા પુરા પાડે છે. આવા દાખલાઓમાં ઘણીવાર કોઇ હલકી અશરીરી શક્તિ યા કોઇ “ભત” પ્રેત તે શરીરનો કબજો લે છે, પણ આવા પ્રકારના પ્રેત કે ભૂતના સમાગમને મરણ પામેલાઓની શક્તિમાં ખલલ પુગાડનારા અને હંધાત માણસોને નુકસાનકારક ગણી ભર્યોસ્તી અને હિંદુ ધર્મ તેને ઉત્તેજન આપતા નથી.

ઘણીવાર આવા પ્રેતના સમાગમથી કોઇ ભગવાની—કોઇ, સાંસારિક લાભ મેળવવાની—આશા રાખવામાં આવે છે, પણ તે આશા ભ્રમભરી હોય છે. આ માટે સર્વ આંધીવર લોનનો અનુભવ આપણને ઠંકમાં પણ ઘણી સારી રીતે વિચાર કરવા માટે પુરતો ખોલક આપે છે. મરણ પામેલાઓની દાસત મરણ બાદ કેવી હોય છે, તેના જે પ્યાલ આંધીવર લોન પુરા પાડે છે, તે આપણા ધાર્મિક રિવાજોનાં અનુમાનથી જુદો પડતો નથી, અને તે એ કે મરણ પામેલાઓના જીવ હંધાત માણસોના જીવથી જુદા પડતા નથી. તેઓની ખાદેસો વગેરે કોઇ રીતે જુદી પડતી નથી—જો તે દેખાડે છે કે આપણા ધર્મની કિયાઓ ધારનામાં આવે છે તે કરતાં વાતિ જુદી વધારે અગત્ય ધરાવે છે.

“They assure us that they know very little more than we know, that their character and personality are practically unchanged, that they have not suddenly jumped into something supernal nor infernal either—that they are themselves just as before, with tastes and aptitudes not dissimilar, but they are subject to conditions happier and more conducive to progress, and freer from difficulty and gratuitous obstruction than when they were associated with matter.”

“તેઓ (મરણ પામેલાઓના પ્રેતો) આપણને ખાતરી આપે છે કે તેઓ આપણા કરતાં પર્વત ચોટ વધારે જાણે છે, તેઓનાં લક્ષણ અને મુગ ખરત ખરેખર ફેરવાયા વગરનાં હોય છે, તેઓ એકાગ્રિક કોઇ કોઈ કે ઉત્તરી દાસનામાં કુદી પડ્યાં નથી,—તેઓનાં

જોખ અને લાયકાતમાં જરાયે ફેરફાર થયા વગર તેઓ અચાકા જવાંજ હોય છે, ખજી ખાકી-રમુગ શરીર સાથે તેઓ જોડાયલાં હતાં તે વખતની મુશ્કેલીઓ અને નકામી તકતરોથી મુક્ત અને મીનાઈ વધારાને બધમેક્તી અને વધારે મુખી હાવતને આધીન તેઓ હોય છે.

ઉપલા યોદા જાણે આપણા ધર્માભ્યાસીઓને અને વિચારવંતોને વિચાર કરવા માટે પુરતો ખોરાક આપશે. જરૂરોસ્તી અને હિંદુ ધર્મક્રિયાઓની જરૂરીયાત માટે અને ઉપર કાળા કીચેલા અક્ષરો ખાસ વિચારના જેવા છે. જીવાત્માની વિવિધ હાલતના સંપૂર્ણ જ્ઞાન સાથે રચાયેલા આપણા ધર્મ કે મહાદેવના ક્રિયાક્રમની ઉડી શીલસૂરી સમજવા માટે અને તે જાહેર આલમને સમજાવવા માટે કુદરત પોતેજ જાણે સર આલીવર લોન જેવા ભૈતિક વિજ્ઞાનના પૂજારીઓને બહાર પાડે છે.

પણ એ “રહાની દુનિયા” કે પ્રેતલોકના વધુ બ્યાન માટે હવે આપણે આગળ આલીએ. હમો હમ આ નામીએ વિદ્વાન પુરાતન ધાર્મિક હકીકતોને નવા સંજોગો જાહેર કરે છે, અને તે મરણના બચને દુર કરવા સાથે મરણ પામેલાંઓ માટેના વિલાપનું ગેર-વાજબીપણું દેખાડી આપે છે.

‘They also say that things around them are quite solid and substantial, and that it is the old material things which now appear shadowy and evanescent, so that they are barely cognizant of happenings on earth save when definite duties are allotted to them to help those who are coming over, or when they make a spontaneous effort to get through to those they have loved and left behind. They are keenly susceptible to friendly feeling, good affection, and they are less shy of chary or expressing their feelings than they were down here.’

“તેઓ વળી કહે છે કે તેઓની આજ્ઞામની ચીજો તદન મંગીન અને ખરેખરી હોય છે, અને હવે તેઓને આગલી રમૂઘ લુગનની ખાકી ચીજો છાયા રૂપી અને તક્લીફી જણાય છે; તેથી—મરણ પામેલાંઓના જે જીવાત્માઓ તેઓની તરફ જતાં હોય તેમને મદદ કરવાની ફરજે તેઓને સોંપવામાં આવે છે, અથવા જેઓને આ દુનિયામાં તેઓ આહતાં હતાં, અને જેઓને તેઓ પોતાની પાછળ છોડી ગયાં છે, તેઓ તરફ જવાની સ્વાભાવિક કોશિશ તેઓ કરે છે, તે મિત્રામ આ દુનિયા ઉપર બનતા બનાવોથી તેઓ ખાબેજ જણાતા થાય છે. મિત્રતાની લાગણી કે પ્યારની તેઓ ઉપર ઝટ અસર થાય છે. અને તેઓ આ દુનિયામાં હતાં તે કરતાં હવે પોતાની લાગણી જાહેર કરવામાં વધારે પુષ્કળ હીલના અને ઉત્તર રહે છે.”

અમારે કમુખ કરવું જોઈએ, અને ઈંગ્રેજ વાંગનારાઓ સમજી શકશે, કે સર આલીવર લોનના અસવ ઈંગ્રેજ વિચારોની અમર મુલગની તરજીમાંમાં ધણે દરજ્જે ઝોડી થઈ જાય છે: જેઓની નજરે સઘળુંજ “વરેલી” દેખાય છે. તેઓને ઉપલા રાખો “પ્રેતોની વાતા” જેવીજ દેખીત લાગશે. જેઓ જરૂરોસ્તી અને હિંદુ મહાજાને લુખા, મુકા, કોટલાં રૂપી હાલતમાંજ જોવા તૃપ્ત છે, તેઓને ઉપલા રાખો “અધકારના જમાના” ને હાજતા વહેગોથી જરેયા જણાશે. ખજી જેઓ ધર્મનું ખરૂં રહસ્ય સમજતા

યા ચોવીસ વર્ષ સુધી તન અને મનને ખીસવવા ઉપરજ પુરતું ધ્યાન આપવાની તેની ફરજ છે. આ ખીસવણીનું કામ શાંતિમાં અને એકાંતવાસમાં વધારે બનવા લેગ છે-બાકી નાદાન વધે ધધા રોમગાર શોધી કેાઇ મરદનું ધ્યાન ખેંચવાની પેરી કરવા માટે અતિ પરિશ્રમ હાવવો એ શરિર અને મનનો પાયો ખોદવા તુલ્ય છે. તેથી જ્યાં સુધી એકરી-સધી ચોવીસ વર્ષની અંદર ઉમર હોય ત્યાં સુધી સંસાર આરંભવાનો વિચાર ધણેજ કમ કરવો જોઇએ છે.

એ ઉમરે પહેાચનાં તેની સામે જેટલી માગણી આવી પડે તેમાં કેટલીક સાપચેતી રાખવાની છે. પહેલી દરમ્મર ભવિષ્યના પતિની સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી વિશે હોવી જોઇએ. પોતે ગમે એવી વેળાયામલી હોય અને પોતાના કુટુંબનું ધર ચલાવવા માટે તેનામાં ગમે એવી કાબેલિયત હોય છતાં પોતાનાં સંતાનના બાપ અને પાલનદાર માટે નબળા તલિયત ખચીત ઇચ્છવા જોગ નથી. જો સંસાર ખુશીથી અને તંદુરસ્તીમાં નીભાવવો હોય તો નિર્ભય અને રોગી પતિ નાપસંદ કરવો જોઇએ.

બીજારી માથે સંબધ ધરાવતી કેટલીક ખરાબ ટેવ જો ધણીમાં હોય, અગર ભવિષ્યમાં કેાઇ ખરાબ દરદ લાવે એવાં કારણ હમણાથી ભાગુદ હોય, તો તેવી ખુરી ટેવ ધરાવનાર વરને સ્વીકારવો જોઇએ નહિ. કામલા તરીકે-દાર ખીવાની આદત યા તમાકુનો ઉપયોગ એ બન્ને એવાં કુખનાં કારણો છે કે, હું તમને કરમરીને અરજ કરીશ કે, “જોળી નિર્ભય હાથની અમળા” જો તંદુરસ્ત, પવિત્ર અને સુખી પરણેલી છાંડગી તારે શુભરથી હોય, તો આવા બપંદર આદમીને હું દુર રાખજે. જેના શ્વાસમાંથી યક્ષકે કપાં અને શરિરમાંથી તમાકુની ગંધ આવે છે, તેની અંદરખાનેની કાગણીઓ પથ્થ તેવીજ મલીન જરૂર હરો. તેના ગંદા શરીરને તમારા પવિત્ર જીવન સાથે બેળાયા દેશો તો તે રાખસની ઉધી આર્થાં ઈચ્છાઓને વરા થઇ પડેગો.”

Reject promptly and positively his acquaintance, as promptly and positively as you would, aschew of his fine-cut tobacco or puff from his cigar.

યાને જોમ તમેા તેની સીગારની ધુણીને ધિકારો છો, અગર તેની તમાકુ ખાવાની ખુકીને વળવું કરો છો, તેમજ જલદી અને મક્કમ રીતે તમાકુ ખાનાર યા પીનાર મરદથી દુર રહેજો !

કોઠો દાવન કહી છે કે, “આજ સુધી મને એક ભરમની પ્રાપ્તિ મળીતી નથી, કે એક સ્ત્રી જે પોતાના શરિરને સાફ અને સ્વ-છ રાખે છે તે આવી મલીય ટેવવાળા પુરુષો સાથે સ્વીકૃત કેમ શકતી હશે ? ફક્ત એકમુ કારણ એજ હોય કે તેવી પમંદગી ક્યુય રાખનારી છોકરીઓને જાપ પથ્થ તમાકુ ખાનાર પીનાર દેવો જોગ, અને તેવી તેવી આદત નિભાવી લેવાની ટેવ તેમને પડી હોય. જો તમને સુખી, પવિત્ર અને સદગુણી છાંડગી શુભરથી હોય તો જ્યાં સુધી એવો પતિ ન મળે કે જેણે કદી તમાકુનો ઉપયોગ કર્યો ન હોય ત્યાં સુધી હમેશા કુવારો રહો એવી મારી સલાહ છે.”

Women, one and all, I urge on you the rule freedom from tobacco or no husband.

હશે, જેઓ ધર્મને એક “જીવંતી શક્તિ” તરીકે માનતા હશે, તેઓને ઉપલા શબ્દો મીનાઇ જેહાનમાં દેખાતી, “સંગીન અને ખરેખરી” ચીને જેવા જણાશે.

આપણા ધર્મ પુસ્તકોની રૂએ આ બાબદ ઉપર પૂર્વે એટલું બધું બોલાયું અને લખાયું છે કે મુકાબલા માટે તેમાંના ફકરાઓ ટીકતાં અને લંબાવું કરવા જતાં આ બાબદ ધારવા કરતાં અતિ ઘણી લાંબી અને કટાણા રૂપ થઇ પડે. વળી ધાર્મિક રિવાજો અને માન્યતાઓ એટલી સાધારણ છે કે સર આલીવરના શબ્દો સાથે વાંચનારાઓ સહેલાઈથી તેમનો મુકાબલો કરી લઇ શકે તેમ છે. જે શબ્દો ખાસ ધ્યાન પુગાડવા જેવા છે, તે અમે કાળા ટાઇપમાં લખ્યે છીએ, કે જેથી સમ્યાધ કોઇ પણ સ્વરૂપમાં, કોઇ પણ રચને એકજગ છે, એમ સહેલાઈથી જોઇ શકાય. (અપૂર્ણ.)—“ચૈરાગ.”

## લખેને માટે નાલાયક મરદો.

કોઇ બ્રિચ્થના અંકમાં “પરણ્યા માટે નાલાયક સ્ત્રીની કેટલીક કુટેવો વિશે લખવામાં આવશે કે બપો આપણે એવી કેટલીક કુટેવોની નોંધ લેઈશું કે જેનાથી એક સ્ત્રી લગ્ન કરવા માટે-એટલે સંસારમાં દાખલ થઇ ફકેદમંદ માતા થવા માટે, અને તંદુરસ્ત છોકરાં ઉછેરી પોતાના પતિનો બન્ધ તારણ કરવા માટે-ના લાયક થઇ પડે છે. પણ રક્ત સ્ત્રી નંતિમાંજ ખામી છે એમ તો કોઇએ ખ્યાલ કરવું નથી. બલકે ગરો લગ્ન કરવો આગમજ પોતાની કેટલીક ખામીઓ તપાસી જોતા હોય તો બાળમરણ્યનું પ્રમાણ આપું થવા સાથે સુખી સંસારની ખાત્રી મળી શકે. એક સ્ત્રી જ્યારે પતિની પસંદગી કરે છે, ત્યારે તે ઘણીની દોલત, તેનો દરજ્જો અને કદાચ તેની કમાણી ઉપર પુરું ધ્યાન આપે છે. પણ તે શમ્સ સ્વભવિ તથા શારીરિક તંદુરસ્તીમાં લાયક છે નહિ તે ઘણાઓ ખીલકુલ જુલી ગમ છે, તેથીજ આપણી મેત્રીઓન્યક કોર્ટના મુકદમાઓ નાલેશી સાથે વધતા રહે છે. સુખી સંસાર માટે મરદની ચુટણી કેવાં ધોરણપર થવી જોઈએ તે વિષે કેટલીક ઉપયોગી મૂલ્યનાઓ એક મશહુર વૈદકદાસી ડા૦ દૉવેનના એ રિપોર્ટ એક અંચક ઉપરથી ટુંકામાં દર્શાવીશું. અમેરીકા જેવા સુધરેલા દેશના એ મશહુર ડાક્ટરના વિચારો આખેડુન-કરના વધારા વિના-ઉતારી લેવામાં આવ્યા છે. હમારી તરફથી કશું નથી.

દુનિયાના રીતરિવાજ કો રૂઢિ મુજબ એક સ્ત્રીને એવો હક મળ્યો નથી કે જેનાથી પોતાને મનગમતા મરદ સાથે લગ્ન કરવા પોને ગામણી કરી શકે. તો પણ તેઓ ગમે એવી ગામણી ના પાડવા યા કમુલવાનો હક ધરાવે છે. અને સ્ત્રીની મરજી વગર તેનો હાથ કોઈ લઇ શકતું નથી. આ મુનસફીનો ઉપયોગ ઘણા બોદળા પાયા પર થવો જોઈએ. વળી પોતાને કેવો પતિ મળશે ના “ફલાણો સંખ્સ ગમે મળે તો કેવું સાઈ” એવી ગરમ ઉચકેરનારી લામણી કદી સ્ત્રીના દીપ્તમાં થવી જોઈએ નહિ. એવી ચિંતા શીકરને લીધે ઘણીવાર એક છોકરી નાહક કુંવારા યુવાનેતું ધ્યાન ખેંચવા માટે બેધક વચમાં ધુસ્યા કરે છે. એમલાહને આવી કોઇ કારોચ કરવી એ જીવાન છોકરી માટે ઘણું નુકસાનકારક છે. કારણ એકનીસ

મા ચોવીસ વર્ષ સુધી તન અને મનને ખીણવવા ઉપરજ પુરતું ધ્યાન આપવાની તેની દરજ છે. આ ખીણવણીનું કામ શાંતિમાં અને એકાંતવાસમાં વધારે બનવા લેગ છે—આકાશ નાદાન વચે ધવા મેળગાર શોધી કોઈ મરદનું ધ્યાન ખેંચવાની પેરી કરના માટે અતિ પરિશ્રમ ઉઠાવતો એ શરિર અને મનનો પાયો ખોદવા લાગ્ય છે. તેથી જ્યાં સુધી એકરી-સધી ચોવીસ વર્ષની અંદર ઉમર હોય ત્યાં સુધી સંસાર આશંખવાનો વિચાર ધણેજ કમ કરતો લેખ્યો છે.

એ ઉમરે પહેલેનાં તેની સામે જેટલી માગણી આવી પડે તેમાં કેટલીક સારચેતી રાખવાની છે. પહેલી દરકાર બલિષ્ઠતા પતિની સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી વિશે હોવી જોઈએ. પોતે ગમે એવી રીતેલાયતી હોય અને પોતાના કુદબતુ ધર અથાવવા માટે તેનામાં ગમે એવી કામેલિયત હોય છતાં પોતાનાં સંતાનના બાપ અને માલનહાર માટે નળણી તમિયત ખચીત ધમજવા લેગ નથી. જો સંસાર મુશીબી અને તંદુરસ્તીમાં નીલાવવો હોય તો નિર્મળ અને રોગી પતિ નાપસંદ કરવો જોઈએ.

ખીમારી સાથે મંજલ ધરાવતી કેટલીક ખરાબ ટેવ જે ઘણીમાં હોય, અમર બલિ-ધમાં કોઈ ખરાબ દરદ લાવે એવાં દારણુ દમજ્યાથી મોબુદ હોય, તો તેવી છુરી ટેવ ધરાવનાર વરને સ્વીકારવો જોઈએ નહિ. દાખલા તરીકે—દાર ખીવાની આદત યા તમાકુનો ઉપયોગ એ બન્ને એવાં દુઃખનાં દારણુ છે કે, હું તમને દરગરીને અરજ કરીશ કે, “બોળા નિર્મળ હૃદયની અમળા! જે તંદુરસ્ત, પવિત્ર અને મુખી પરણેલી છંદગી તારે મુબરકી હોય, તો આવા અર્થકર આદમીને તું દુર રાખજે! જેના શ્વાસમાંથી બલકે કપડાં અને શરિરમાંથી તમાકુની ગંધ આવે છે, તેની અંદરખાતેની લાગણીઓ પણ તેનીજ મધીન વરદ હશે. તેના મંદા શરીરને તમારા પવિત્ર જીવન સાથે બેળાવા દેશો તો તે ક્ષમસની ઉધી રસાર્થી ઉમરોએને વશ થઈ પડેગા.”

Reject promptly and positively his acquaintance, as promptly and positively as you would, eschew of his fine-cut tobacco or puff from his cigar.

યાને જેમ તમે તેની સીગારની ધુણીને ખિંકારો છો, અમર તેની તમાકુ ખાવાની ધુણીને વચ્ચે કરો છો, તેમજ જલદી અને મક્કમ રીતે તમાકુ ખાનાર યા ખીનાર મરદથી દુર રહેજો !

કોઈ જીવન કહે છે કે, “આજ સુધી મને એક ભરમતી બાળક સમજતી નથી, કે એક સ્ત્રી જે પોતાના શરિરને માથું અને રવ-જ રાખે છે તે આવી અખીચ ટેવમાળા પુરખો સાથે રહીજ કેમ ગઈતી હશે? કદા એકલું દારણુ એજ હોય કે તેની પમદગી હમુવ રાખનારી હોકરીઓને બાપ પણ તમાકુ ખાનાર ખીનાર હોતો જોઈએ, અને તેથી તેની અદત નિભાવી લેવાની ટેવ તેમને પડી હોય. જે તમને મુખી, પવિત્ર અને સદ્ગુણી છંદગી મુબરકી હોય તો જ્યાં સુધી એનો પતિ ન મળે કે જેણે કદી તમાકુનો ઉપયોગ કર્યોજ ન હોય ત્યાં સુધી હમેશ કુવારું રહેો એવી માગી સલાહ છે.”

Women, one and all, I urge on you the rule freedom from tobacco or no husband.



યા તો પરણવુંજ નહિ યા તો તમાકુનો ઉપયોગ નહિ કરનાર સાથેજ પરણવું એ કાયદાને ખાર મુકી પાળવા હું તમને અરજ કરું છું.

તમાકુનો આથી, અને ખરાબ દેવોનું ખીલું કારણ, શરાબ કે દારૂ છે. રાત અને દિવસ જેમ જોડાયેલાં છે તેમ તબાકુનો ઉપયોગ કરનાર સખ્સ ધણીવાર દારૂનો ઉપયોગ કરતો હશે. વળી જે કોઈ તમાકુ વાપરે છે તે હવસી કે વિષથી (infected) હોય છે, અને તેથી એક સ્ત્રી માટે તે ખપીસ જેવો ખવિદ થઈ પડે છે. તમે એક કાયદોજ લખી રાખજો (જેના અપવાદ ઘણાજ બુજ છે) કે જે કોઈ તબાકુ ચાવતો હોય યા તપકીર સુંધતો હોય યા ખીડી કુંદતો હોય તે કોઈ આકારમાં જરૂરજ શરાબનો ચાકનાર હોવોજ જોઈએ-પછી તે શરાબ કોઈ દુઃખની દવામાં નાખીને દાકતર પાસેથી લાવતો હશે યા પીઠાંમાંથી દારૂ મંગાવે તે સરખુંજ છે, પણ તમાકુ અને સ્પીરીટના તરફવાર આકારના પીણાઓ સાથે સાથે વપરાય છે.

જો તમે થોડોક દારૂ પીનાર આસામીની દેહ કેમ ચાલે છે તે તપાસશો તો ચરાબનો દરેક પ્રકાર (શમખીનથી તે વાઇન યા ખીર સુધી સર્વે) સુખનું સત્યાનાથ વાળનાર મીળે છે અને તેનાથીજ પાપી સ્વભાવ, દરિદ્રતા, માંદગી અને આકૃત એક ખીનની પુઠે ચાલી આવે છે.

જે સખ્સની સમજશક્તિ શરાબના ઉપયોગથી સુસ્ત થઈ ગઈ હોય, જેનાં અંતઃકરણને એક જાતનો લકો થયો હોય, તેની તરફથી થરથેલી જાંદગીમાં શું મોટી ઉમેદ ધરાવી શકો, યા તેની તરફથી શું પવિત્રતાનાં કામોની આશા રાખશો? આગ જેવા સ્પીરીટના પીણાના થોડો પણ ઉપયોગ આદમીને દોસ્તી માટે નાલાયક બનાવે છે. કોઈ એવુંજ હમેશાં બનતું નથી કે સત્તામાં છાકટ હાલતમાં પડેલો મળી આવે નહિ સાં સુધી આદમી દારૂચિંતો નથી! કારણ જાંદગીખર છાકટ બન્યા વગર પણ એક સખ્સ પોતાના શરિરને ધીમા કરીને રોજ ખાળ્યા કરે છે, અને તેથી હેવાનિયતમાં જરૂર ફસી પડે છે. વળી એક ખીનને નિયમ યાદ રાખજો. જેનાં માખાપમાં છાકટાપણું હોય તેનાં ખાળકોમાં ચરાબ તરફનો શોખ તો જરૂર હોય છે. જો તે છાકરો અત્યાર આગમજ પીતો ન હશે તો પણ જલદી તેને વચ થશે એવી તેની ઓલદિ ઉતરેલી ખાસિયત છે! તેથી આ ખીનને કાયદો પણ યાદ રાખજો.

"Freedom from alcoholic liquors or no husband."

વળી શરાબના શોખ સાથે હવસનું લંપટપણું કે અનીતિતા બુરસો પણ છુપો રહે છે. આવો આદમી જાહેરમાં નહિ તો છુપી રીતે વેસ્તાનું ધર્ શોધશે યાતો તેના મનમાં તેવી લાગણીનું ઝેર પ્રચરેલું રહેશે. કોઈ મરદ બ્યારે આવું સત્યાનાથનું કામ કરી ચુકેલો લકો હોય છે ત્યારે તેના બચાવમાં કેટલાકો કહે છે કે, "એ તો બુવાનીમાં જરા મૂર્ખાઈ થઈ ગઈ છે, અને એમજ હોય." અથવા કોઈ કહેશે કે "અકલમાં કે ફક્કા થવા જતાં એ કલાણી સ્ત્રીના કાંઈમાં ફર્યો હતો, હવે તેમ નથી" ઇન્ આવાં ગાહનાં તમારી જાંદગીનું મત્ત નાશ વાળવામાં હમેશ કામ આવે છે. માટે એક સ્ત્રીએ પોતાની અખજા જાતીની આમર અને તેના દરજ્જાને માન આપવું હોય તો તેણે એના સંતાર બગાડી ચુકેલા રડી-બાજતે ઉકરે માગે જોઈએ. જેની ચાલચલણ લકોગી છે, જેનું કામ એક બેહેન વા માતાના દીવમાં સગમ કેપજવાનું છે, તેની મોજત એક ધણીયાણી માટે રદ છે. આવા સખ્સને તો આખી કોમના મહાનમાંથી હાંપી કાઢે જોઈએ. ત્યારેજ સ્વચ્છ મહાનું સુખ

સલામત રહેશે. પણ કંઈક નહિં તો તમારા પોતાના સુખમાં એવા લંપટી મરદને વિધન નોખવા દેશો નહિં.

તેથી તમે મનમાં ગાંઠ પાળી રાખજો કે શરણ, રંડીઆજી અને તબાકુના શોખીનને તમારા પ્રેમ માટે કશું હક નથી. તેની સાથે પરણીને તમે કદી નિર્મળ સુખ ભોગવશો નહિ—સિવાય કે તેના પાપી હાંઠા તથા જુસ્સાને પાળવાનું પાપી કામ તમે પોતે પણ કરી તેને ખુશી રાખો ! એ કામ નીચ છે !

તે પછી એક વ્યાયલા (effeminate) શખ્સને પરણતાં ના. કારણ જે, સંપૂર્ણ મર્દાનગી ધરાવતો નથી, તે મરદ મા સ્ત્રી બનેના સંપૂર્ણ ગુણની અધવચમાં રહેલા જેવો છે. તે અંદરખાનેથી જરૂર “બાવલા” છગરનો હશે અને તેના મનની મોઢાઈ અને આત્માની હિંમત ખીલકુલ મેરહાજર હશે. એ મરદમાં ઉદારતા, ઉમદા અમીરી ખવાસ અને કદાવર આંધો હોતો નથી. તેથી તમારા હાથ માટે તે લાયકાત ધરાવતો નથી.

પણ જો સ્ત્રી પોતે નાનાં કદની, અને “કાવલી” નાજુક હોય તો તેણે કદાવર પહેલવાન જીવાનિયાને પસંદ કરવો નહિ. ટુંકા કદની સ્ત્રી માટે તેના જેટલોજ, મા નજીક પડતી ઉચાઈનો ધણી ભેદજો. પણ ટુંકો મા લાંગો મરદ બ્યારે હીચકારો કે બાવલો હોય ત્યારે તે જુદીજ જાતનો મરદ છે—વાને તેના ખવાસ ઉચાઈ સાથે સંબંધ ધરાવતો નથી. આવા સ્ત્રી જેવા બાવલા પુરુષો ધણું કરી એવા ધધામાં પડે છે કે જે ઉપરથી તમે તેમની ઝટ પરીક્ષા કરી શકો. તમે અનુભવથી જોયું હશે કે એવા મરદો ધણું કરી સ્ત્રીનો ધધો મા સ્ત્રીનું નાજુક કામ કરવાનું પસંદ કરે છે—જેમકે કોઈ દુકાનમાં એક કુટ રીમન અને એક કાટણુ દોરો વેચવાનું કામ કરવા રહેલો “સેલ્મેન” જરૂર બાવલો હશે ! ખરા ઉદાર હૃદયના મજબુત મગમના મરદ માણસને કદી પણ દુકાનની બધીવાર કાટડીમાં શુભામગીરી જેવી નોકરી પસંદ પડતી નથી. તેવા જોરાવર સાચા મરદને રાત દહાડો ઉન દોરો વેચવાનું કામ એક જીલ્લામાં બરેલું લાગશે—અને મરદ કામ કરવાનું એ પસંદ કરી કોઈ બીજેજ ધધો કરશે, બલકે લાકાં શકવાનું કે પાણી ખેંચી કાઢવાનું પહેલવાની કામ કરવામાં એનો પુરુષ એળ સમજશે નહિ. તેથી દુકાનમાં બેસવું નાજુક કામ કરવા રહેલા આવા બાવલા મરદોને ખેતર ખેડવાનું કામ આપો, યા કોઈ બીજો આરોગ્યવર્ધક ધધો કરવા કહો—નહિ તો તમે તેને પતિ તરીકે પસંદ કરતાં ના. તેનું દીક હવડી નરમ નોકરીની શુભામગીરીથી ખચીત સંકેતુ ખતેલું હશે. જે મરદનું ભેલું એક ગજ કપડું ન બે કાટણુ દોગ રેશમ વેચવા કરતાં વધુ કામ કરવા ના.પાડે, યો જેની નોકરીમાં બેલાખાડપણું વધારે હોય તે કોઈ સ્ત્રીના સદગુણ પીઝાનવા અચૂક હશે, કારણ તે પોને મરદ મા ચોરસ બેઠના સદગુણોની અધવચે પડેલો ગુંગાવાડા જેવો છે.

જે શખ્સ પોતાના ગુજરાનનું કોઈ ચોક્કસ સાધ સાધન સામેત કરી શકે નહિ તે શખ્સ સાથે પરણો નહિ—કારણ કાળાં ધોળાં કરીને, કોઈ છુપે માગે તે ખરાજ જાંઘીથી પૈસા પેટા કરતો હોય એવો જરૂર લેહેમ રહે છે. માટે ગમે એવી એકા કમાઈવાળો ગરીબો પતિ લેજો, પણ શકમંદ રસ્તે લાખો કપિયા લાડી આપનારની પાપી અચોક્કસ કમાણી પર શીકાર નાખજો. તેની હરાગ આવક વડે તમને પણ હરાગ રસ્તે ઉતારવા તે કાશીત કરશે. વળી કેવી સ્ત્રી સાથે પરણવું નહિ તે વિષય સમજાવતાં એવી બલામણુ કરીશું કે

ધણાં નળદીકનાં સગાં સાથે સગીની લગ્ન કરવાં હીક નથી. જેઓ પીત્રાષ કે મશીયાષ બાધ જેવા નળદીકના સગા હોય, અને જેઓ એકસરખું લોહી ધરાવનાર હોય, તેની સાથે જનતાં મુધી લગ્ન કરવાં નહિ-એવાં લગ્નની આલાદ ધણું ખરું દીવાનાપણું ધરાવતી હોય છે, અને આંધળાં, બહેરાં, મુગાં છોકરાં ધણું દરી આવાંજ લગ્નનું પરિણામ હોવાનું દાકતરો તપાસ ઉપરથી જાહેર કરે છે. એવાં લગ્નના સત્તર લખનામાં તપાસ-કરવામાં આવી હતી. તેમાં લગ્નથી પેલા થયેલાં ૯૨ છોકરાંઓમાંથી ૪૪ દીવાનાં હત્યા, ૧૨ માં કોષ તરેહની ગંભીર ખામી યા કદતું દીગણાણું હતું. એનું ખરું કારણ એજ છે કે કોષના લોહીમાં કંઈ ખામી હોય, તો તેવાજ લોહીના ખીજ સપ્સ સાથે બેળાવાથી તે ખામી બેવડી ચોવડી થાય છે. અલગત આવી ખામી ન હોય તો બેહુની ખૂબીઓ વધી શકે એ પણ ખતવા જોગ છે.

ખીજ નાનુક સલાહ આપવાની જરૂર છે. કોષ ગરહ એવો હોય કે જેની આગલી ધણીયાણીઓ તેના હવસ એટલે ક્રમાંધપણની જોગ વર્ધને મરી ગઈ હોય, યા જેની હક-દાર યા રાખેલી ખીજ સ્ત્રી હોયત હોય, તેના સપ્સને ક્યુલતાં ના. જે તેની આગલી ધણી-યાણી તેના હેવાનિયત બધાં જુલસાથી બેગર થઈ કોષ મિતરના દરદથી. પીડાઈ ગુજરી ગઈ હોય, તો તેના સપ્સના ફાંદામાં તમારે ફસાવાની જરૂર નથી. આજે સપ્સ પોતાની સ્ત્રીમાં દરિદ્રતા તથા કચવાટ ઉપજાવશે, માંદગી લાવનારી કંગાલ છાંછીમાં તેને ગુલામ સમજશે, અને આખરે કમોતે તે સ્ત્રી મુગે મોઢે માર્ગે પડશે. આવા “હવસી ગોધા” સ્ત્રીથી દુર રહેવાની ચેતવણી અને આપવી જરૂરી છે.

તેજ પ્રમાણે જે સપ્સે આગલી ધણીયાણીથી તલાક (છુટાછેડા) મેળવ્યા હોય અથવા તેને ધરમાંથી કાઢી મુકી હોય તેની સાથે પરણવા અગાઉ ખૂબ ખ્યાલ કરજો. તેની ખારીક તપાસ કરતાં માલુમ પડશે કે તે લગ્નની ગાંઠને કોઈ દોરીની ગાંઠ જેવી નજીવી સમજે છે, અને પોતાની હકદાર-મોહરદાર પત્નીને રાકમાં વેતલુકથી જોઈ તોહમત મુકી નીવારી મુકે તેવો હોય છે. માટે પુસ્તી તપાસ વગર એવો સપ્સ પસંદ કરતાં ના.

તે પછી જે પુરપના મનની વક્ષજી અધર્મી અને છકેલ હોય, જેના દીલમાં ધર્મની ઘાક ન હોય, તેના *profane* નારિતક આદમીને પરણશે ના. આવો સપ્સ પરમાત્મા, પેગામ્બર વા પરશોકમાં માનતો નથી. તેથી તેના અંતઃકરણ પર કશો અંકુશ હોતું નથી. તે પોતાના દીલના શોખને ગમે તેમ રસતો આપી શેતાન સાથે વર્તે એ ખતવા જોગ છે. જેના મનમાં ધર્મની દાઝ નહિ તે “ધુસી” થવાને નાલાયક છે, કારણ તે પોતાના સર્જન-દાર ધણીને જૂલી જાય છે!

વળી જે જુગારી હોય, યા જુગારના ઠેકાણામાં ઘડી ઘડી રમકતો હોય (પછી કેમ પણ યાદતે ત્યાં જવાનો ગોખ રાખતો હોય) તેનું મગજ ખ્યાલી લોભથી ભરપુર હોય છે. તે ખરી મેહનતનો રાહચો મેળવી ખવરાવતો નહિ. તેના એવા ઉશકેરનાર શોખમાં તેનું દીલ ચોરેલું હોવાથી, સ્ત્રી પરનું બ્લાલ તો તેને મનથી ચોસની સરત જેતું છે!

વળી કંબુસ હુંફ દીવના નીચ સ્વભાવના આદમીને તમારો ખ્યાર આપશે ના. કારણ તેના હૃદયમાં પોતાની પરણેલ ખાતર મોટા જોગ આપવા જેની મોહમન નહિ હશે. કથી પણ તકલીફ લગરની આરામવાળી છાંછી બને તેપરે છે, તો તેને માટે તમે એક અગવડ જોઈ થઈ પડશે. ઘોણ વખતમાં તે બેરીની જરૂરીયાતથી કંટાળી જશે. અને એવા

હુંકા દીધના પુરુષ સાથે તમારો સંમાર સુખમાં નરો નહિ, કારણ તેને પૈસા વડાલા છે, અને કશોએ ખર્ચ કરતાં તેને મનથી દુઃખ થશે અને સાથે તમે પણ દુઃખી થશો.

તે ઉપરાંત આપણુ નકલો પરોડે જીવાનિયો લગ્ન માટે નાલાયક છે, કારણ આવા આદમીઓના પ્રારબ્ધમાં અત્યંત વિટંગનાઓ ને આદતો સરળેલી હોય છે. તેમની નિરૂપણી હાલતમાં આલયલણુ પૈણુ રાકમંદ રહે છે તથા આરિત્રું જોર નહિ હોવાથી બ્યારે નિર્વેનતા આવે છે, ત્યારે જીંદગીના તારને તોડી નાખી આપણાત કરવા તેઓ દોડે છે. આનો નિરૂપણી આદમી દોલતવાન હોય તો પણ નશો છે.

વળી જે મરદ પોતાની વહાલી મા બહેન તરફ ધાતકી હોય તેની સાથે કોઈ જીએ જોડાવું જોઈતું નથી. કારણ જે રાખ્સ પોતાની મા બહેન તરફ નીચ અને પાપી હોય તે જરૂર જી તરફ ખેંચેડો બુડો નીવડશે. જેણે પોતાની માવનરનો ગુણુ યાદ રાખ્યો નહિ, તે પરણેલી જી તરફ દેશાનંદ રહે એમ માની સજાતું નથી.

તેજ પ્રમાણે જે કાંઈ કંગાવ દેખાવે કર્ત્તમાં મોજ માનતો હોય, જેનાં દષકાં અને શરિર મલીચ અને ચીચરાં જેવાં હોય, તેની અંદરખાતેની આદતો પણ તેમજ મલીચ હશે. અને તેથી એવા બેપરવાહ દેખાતા રાખ્સ સાથે પરગુવા આગમન તેના સંયુગ્મોની તપાસ કરજો. જે ખરી ખૂમસેરતીની પુરી દર ન જુને તે થણું કરી સદ્યજીની કીયત જાણતો હશે નહિ.

તેમજ તદન અપભ્રંશ પરદેશી પુરુષ સાથે એકદમ સંબંધ જોડતા બહુ સંભાળજો. કેટલીક સ્ત્રીઓ પોતાની આંખ હાડી રાખીને ચુનામા પડે છે;

"Some women jump right into the fire with their eyes wide open." વગર એકાંખ પીડાને મરદનો હાથ પકડશે ના.

ઉવઠની એક સલાહ યાદ રાખવી કે, ફક્ત પૈસા થા વાડીનજીદ ખાતર તમારો હાથ આપશો ના. જે સ્ત્રી પોતાના શરિર અને મનને સ્વતંત્ર રાખવા માગતી હોય અને જી-લામગીરીથી દુર રહેવા ઇચ્છતી હોય તેણે સંપૂર્ણ મુખ મેળવવા ખાતર પોતાના શરીરને પૈસા માટે વેચવું જોઈએ નહિ. જ્યાં મોડમતનું બેચાણુ કે પ્રેમનું આકર્ષણ નહીં, જ્યાં સામી તરફની દરકાર નહિ, ત્યાં પૈસાનો ભોગવટો યોડાજ વખત લૂંચી આરામ આપશે.

ઉપર કહેલી ખામીઓ એક મરદમાં છે કે નહિ તે પારખવા માટે જીને બહુ થોડા સંજોગો મળે છે. એક મરદ માટે તો તરેકતર ઉંચી સીધરમ થતી. રહે છે, અને તેની ખામીઓપર ટાંક પીછોડો થાય છે; એથી ઉલટું ક્યારેક ખામી જલદી જાહેર કરવામાં આવે છે, તો પણ આવી ખારીક પરીક્ષા કરવી હોય તો તેની રીતમાત ઉપર પડી દેખરેખ રાખવી, અને તેના એકસ તથા મથાની બતાવત ઉપરથી ગુણ્યાસુદિકસાસ અનુમાર (Phrenological) ખુનામો મેળવવો. પડેલાં એમ નક્કી કરવું કે તેનામાં પોતાના જે જે સદ્યજો છે તેની જાણર તે લગ કરસ માગનો ઉમેશ્વાર છે કે? પડી વાનચી ઉપરથી તે રાખ્સના, નિચારો આગું લેવા, તેની ઉમેરો, તેના શોખ અને મનહોનો અજાસ કરવો; અથવા ખીજ રીતે દામ કરવું હોય તો તેણીએ પોતાની ઉમેરો, મનહો અને શોખ ખુલ્લે ખુલ્લા મજાજીવી જાહેર કરી દેવા. જે પેરો પુરુષ તે ગીજો પસંદ કરતો નહિ હોય તો તે પોતેજ મનદરનો મામલો મમજ જશે, માતો તમારથી જુદા પડતા નિચારો જાણી રશે.

લગ્ન કરવાનો તમારો ઇરાદો જાહેર થવાથી કેટલાક સ્વાર્થી, સ્ત્રીના શીઠરીઓ આવી પુગશે. પણ આવા દરેકને અતુભની પિતા મા વડા બાપના હાથમાં સોંપી પઢાવવી જાણી જુદાં પાડવા કહેવું. બનતાં સુધી તો આવી રીતે જાહેર ખખડથી ધણી મેળવવાની પેરની કરવી નહિ. કારણ ઉમર સ્વભાવના લોક તે તરફ ધ્યાન આપતા નથી; જ્યારે ગલીય કુળાળ ખાહોસો ધરાવી મતલબ શોધતા આદમીઓ એવી તક લઈને સંઘર્ષ કરીશું કે સાડું સાંધવા ચાહોમ દરિયામાં પડવા જેવી તમવીર કરશે. પણ કોઈપણ સંભોગમાં એક સ્ત્રીએ પરણવા માટે હદ બાહેર ઇતેજરી બતાવવી નહિ જોઈએ. જે છોકરી એવી ઇતેજરી ધરાવે છે તે જરૂર શરિર અને મગજે નબળા હોવી જોઈએ. કુદરતનો ફાયદો છે કે એક સ્ત્રી પોતાની નીતિ સાચવી, હંથા નસીબ પર ઇતિબાર રાખી, શાંતિથી પોતાનું કામ કરે એજ પુરતું છે. પણ ધણી વાર એક માતા પોતાની છોકરીને બગાડી, ધડી ધડી તેના મન પર હાથ નાખે છે કે તેની જીંદગી પરણવા માટેજ સરભાઈ છે. પણ આવી માતાઓ પોતાની દીકરીને ગમે એવા અનુરૂપ જોખમ બધાં ખાસમાં નાખવા તૈયાર થઈ જાય છે. આવી ઉતાવળ કરતાં તો જીંદગી ભરતું કુંવારાપણ બેહતર! લોક તમારી મશકેરી કરી “લગ્ન માટે નકામી” કહે તેની પરવાહ નથી. સ્વતંત્ર જીંદગીમાં સ્વચ્છ નિર્દોષ વર્તણૂકે ચલાવવી એ લગ્નના સાટામાં શરિર ને મન વેચવા કરતાં બહુ બેહતર છે. પોતાના દીકરી ખરી પસંદગી વગર કોઈ ખીજના કહેવાથી ખાસમાં પડતું તે કરતાં નહિ પરણવું બેહતર છે. ડા. કોવેન્ટની છેવટની સલાહ છે કે—

“Girls! entertain no thoughts of marriage until you be full-grown—until you have arrived at the time termed woman-hood! Women! choose and accept only such offers of marriage as will tend to make your united existence a perfect unity as is required for the birth and growth of love and its attendant pleasures. Failing this, remain single, doing your life-work with an earnest nobleness of purpose, growing in strength, beauty and purity of soul.”

“સરામ.”—K.

“ ધીમાં થતો ભેગ અને તેનાથી થતી  
શારીરિક આરોગ્યમાં હાનિ.”

( લેખક:—પ્રદિત સામરાય હરિશંકર રામાં વેદ, વિસનગર. )

ધી એ આ જનસમુહનો મુખ્ય અગ્રગણ આહારનો એક પદાર્થ છે. ધી આ પચ નૈતિક શરીરને ગંભી પેદા કરનાર વસ્તુઓમાં એક મુખ્ય સાધન છે. અને તે ગરમીથી આ શરીરનો વહેવાર, ચાલવું, ખેલવું, મહેનત, મુસાફરી વગેરે કાર્ય થઈ શકે છે. ધી શરીરને રૂપાળુ કરે છે, વાત, પિત્ત, કફને બરોબર રાખે છે. અચવોને શક્તિ આપે છે. અવાજને સાદુ કરે છે. ગળામાં ખોલવું “હક હુ” બંધ કરે છે. ગળાની ગરમીને દુર કરે છે. શુષ્ક ખાંસીને દિતકારી છે. પ્રકૃતિમાં આનંદ લાવે છે અને મધ્યમને શક્તિ આપે છે. ધી વિપનાયક છે, ગરમ, તર છે, ચરખી વધારે છે અને સાંધાઓમાં સ્તિબધના રાખે છે. આથી ધીનાં ખોરાકની

અંદર જરૂરીઆત પડે છે. આવો આ ધી જોયો પદાર્થ હાલમાં રનચ નહિ મળવાથી તેમજ મોંઘવારીને લઈને પુરતા પ્રમાણમાં સેવામાં ચુસ્કલીમાં આવી પડે છે. અને જે થોડું પણ સેવામાં આવે છે તે પણ સારી નતનું નહિ મળવાથી શુભમાં ઓછો ફાયદો કરનાર હોવાથી શરીરને પૂરું મજબુતી આપી શકતું નથી, અને શરીરને રોગનું ધર દરી સુકે છે, તથા ક્ષય જેવા કુછો રોગોને વધવાને સાધનરૂપ થઈ પડે છે જે રોગ દિવમે દિવમે વધતો જાય છે.

નાનાં ગાંભીમાં હળુ હાલમાં મોખ્ખું ભેગ વગરનું ધી લોકોને ખાવા મળે છે તેથી ત્યાં ક્ષય જેવા રોગો વિશેષ જોવામાં આવતા નથી અને જનસમુદ્ધ આરોગ્યવાન, તંદુરસ્ત, બળીષ્ઠ, દયાવર, સચકત, હીમતવાન જોવામાં આવે છે; એ પ્રતાપ સ્વચ્છ અને ભેગ વગરના ધીનો છે.

ધીમાં પાણી, ચરબી, કોષરેલ, મગફળી, તલ કે કપાસીયાનું તેલ આદિ ચીજોની મીઠાવટ કરવામાં આવે છે અને એવું મીઠાવટવાળું ધી શહેરનાં બજારોમાં હજારો મણુ વેચાય છે અને જનસમુદ્ધ તેનો ઉપયોગ કરે છે. એવું ધીની અંદર ચરબી મીઠાવવાનું કાંઈ એક સનાતની શુદ્ધ દ્રવ્યક્રોના રહેનારે ક્યું હતું તે પકડાઈ હતું અને તેને માટે વર્તમાન પત્રોમાં ઘણી ચર્ચા થઈ હતી.

આ ધી બીમાર માણસોને પુષ્ટિકરક ખોરાક તરીકે પણ ખવરાવવામાં વૈદ્ય, હકીમ, ડોક્ટર તેનો ઉપયોગ કરે છે. એ બીમાર માણસના શરીરમાં કેટલી આરોગ્યતા અને કેટલી પુષ્ટિ આપતું હશે એનો ખ્યાલ કરવો જોઈએ, અને તે ભેગવાળો ધીનો બનાવેલો બજારમાં મીઠાઈ તરીકે વેચાય છે અને લોકો એવાજ ધીના રૂપમાંજોતો યાતિવશમાં ઉપયોગ કરે છે.

જે ધીની અંદર ચરબી ભેગવામાં આવે છે તે જનાવરોના શરીરની અંદરનો સ્તીગ્ધ પદાર્થ છે. તે જસદાથી બગડી જાય છે, ગંધાઈ જાય છે અને તેની અંદર કોઈકાદ જસદી લાગે છે. જે જનાવરોની ચરબી નાખવામાં આવે છે તે કેવા રોગના ભોગ થઈ પડેલું હોય છે તે ઉપયોગ કરનાર માણસોને ખતર નથી કે એવાં રોગીષ્ઠ જનાવરોની ચરબી ધીમાં મીઠાવવામાં આવે છે તેથી ક્ષય, પ્લેગ, શીજસ અને ચામડીના રોગોના જાતુ તે ધી ખાનારના શરીરમાં દાખલ થઈ તે રોગનાં બીજ ઉત્પન્ન કરે છે. માટે આવો પ્રકારની ચરબીવાળું ધી ખાતું ધણુંજ તંદુરસ્તીને તુલસાન કરતું છે. તેમજ જનસમુદ્ધની તંદુરસ્તીમાં બીમાર કરનારો એક કદો દુસ્મન છે.

આવા ભેગવાળો ધીને માટે સુરેષ આદિ દેશોમાં મોંઘમજબુતો રિવાજ હોવા છતાં પ્રતિબંધક કાયદાઓ બંધિવામાં આવ્યા છે અને એવા ભેગવાળો ધીના રૂપમાંજો ઉપર "બારગેરીન" એવા પા ઇચના અફરોની લખતું અને જે તેમ કર્યા વગર વેચવામાં આવે તો તે માટે ગુન્હો દર્શાવેલો છે. આવા સંખ્ત કાયદાઓ મદવામાં આવ્યા છે. પરંતુ આપણા દેશમાં જીવ દિસા એ મોહક પાપ ગણવામાં આવે છે, જ્યાં કોડીઓને માટે કોડીઓનો પુરાય છે. પક્ષીઓને દાણા નખાય છે, જ્યાં હિંદુઓ અહિંમાંથી ભેગવેલા ખોરાક ઉપરજ રહેલા મોંઘે અભિમાન ધરાવે છે તેમાં પણ જાણણુ, વાણીઆ જોયો મોંઘ સખ્ત સાંભળનાં કાનમાં આંગળાઓ ઘાસે છે અને મોં કઠાણું કરે છે ત્યાં તેજ લોકો સુવેલાં જનાવરોની ચરબી હજારો મણુ દેખતી આગે આનાકાની વગર સ્વાદા દરી જાય છે; એ શું દેશને, મનાતન ધર્મને હીન પદ બરેલું નથી? વખતે એમ કોઈ ચદા કરશે કે અમે ક્યાં ચરબીવાળું ધી ખામ જાણીને લાવીએ છીએ? કેટલીક વખત સારા માસના પૈસા આપ્યા છતાં આવો ભેગવાળો મોંઘ

આવે છે. પણ ઘણી વખતે બળરમાં ૨૪ કે ૨૫ રૂપીએ ધી વેચાતું હોય તે વખતે યાત્રિવરા માટે અગર ખીન્ન દારણ માટે ૨૨ કે ૨૩ રૂપીઆ બાવતું ધી શોધીએ છીએ. એ બંધણીને ભેગવાળો માલ લાવીએ છીએ એમ કહેવામાં બહુ વાંધો નથી.

આવા ભેગવાળાને અટકાવવા માટે આપણા દેશમાં કાયદાઓ છે પણ અમલદારો તેમજ પ્રભુ તરફથી એ કાયદાનો અમલ બરોબર થતો નથી. તેમજ શારીરિક નુકસાન થાય તો પણ એ નુકસાન ભોગવના બેસી રહેવાની આપણને ટેવ પડી છે ને સ્વાર્થને વશ થઈને હલકા માલને વેચનારને શિક્ષા કરાવા તૈયાર થતા નથી પણ તેવા સ્વાર્થનો જનહિતની ખાતર ત્યાગ કરી રાજ્યના અમલદારો, ગામની મ્યુનિસિપાલિટીઓ એવા ભેગવાળા ધીને અટકાવા માટે ચાંપતા ઠંકાએ લે અને ભેગ કરતા માણસોને શીક્ષા કરે તો ધીની અંદર ભેગ થતા અટકે અને જનસમુદાયને રોગના પંજમાંથી બચાવી આરોગ્યવાન બનાવાય. માટે પ્રખ્યાત આરોગ્યના રક્ષણ માટે રાજ્ય તરફથી સખ્ત બંદોબસ્ત થવો જોઈએ.

## રોગને નિવારવામાં રેતીનો ઉપયોગ.

( અનુસંધાન ચોથા વર્ષના અંક ૧૨ ના પૃષ્ઠ ૨૫ થી. )

રોગને નિવારવામાં રેતીનો કેવી રીતે ઉપયોગ થાય છે તે સંબંધે અમે ધન્વન્તરિ માસિકના ચોથા વર્ષના ડીસેમ્બર માસના ૨૨ થી ૨૫ પૃષ્ઠ સુધીમાં લેખ લખેલો છે. રેતી મંથંધીના ઉપયોગનો એક લેખ રાણપુરના વૈવરાજ દુર્લભદાસ દરશનદાસે “ મહાકાલ ” માસિકના સંવત ૧૯૬૪ ના આશ્વિનના અંકના પૃષ્ઠ ૪૭૧ ઉપરથી અક્ષરશઃ ઉતારી લેખને અમારા તરફ મોકલેલો તે ઉપરના લેખના વધારા તરિકેનો હોવાથી નીચે દાખલ કરવામાં આવ્યો છે.

હેનરી ક્લાર્ક પ્રોવીડન્સ નામના અમેરિકાના ગામમાં પાણીના ખાતામાં નોકર છે. વેલોએ તેને રેતી ખાવાની ના કહ્યા છતાં તથા જોયી અત્યંત નુકસાન થશે એવી ખાસ ચેતવણી આપ્યા છતાં પોતાના વાકાની જમીનમાંથી રેતી ખોદી કાઢીને તેણે રેતીનો આહાર કર્યો છે, અને તેથી તેના શરીરના સઘળા રોગો નાશ પામ્યા છે, એટલુંજ નહિ પણ તેની ૭૦ વર્ષની ઉંમર થયા છતાં તેને પાછી જુવાની આવી છે; આથી વેલો તથા આરોગ્યવિદ્યાના સુસ્ત દિમાયતીઓ સ્તબ્ધ થઈ ગયા છે. મીંડ ક્લાર્ક નિત્યની દ્રષ્ટી સાડા બાર તોલા રેતી ખાય છે. તે કહે છે કે આરોગ્યને આપનારો છેલ્લામાં છેલ્લો શોધી કાઢેલો આ આહારનો પદાર્થ એ આજ સુધીમાં આશરે સાતસે શેર ખાયો છે. આ વિચિત્ર ખોરાક તેણે ખાવા માંડ્યો તે પહેલાં તેનું શરીર દુર્બળ પડી ગયું હતું. અને તેનું આરોગ્ય સપાટા બધ લગડી પડવા માંડ્યું હતું. હાલ તે નિત્ય બાર માઇલ ચાલી શકે છે, ઉંચે માથે ઉભો રહી શકે છે, અને તેના શરીરમાં કોઈ પણ જાનનુ દુરદ અથવા દુઃખ નથી. કાક્ટરોએ તેને કહ્યું હતું કે સર્વ વ્યાધિને નિવારનાર આ નવું ઔષધ જો તું ખામ્મર તો થોડા દિવસમાં તારે કબરમાં સુતું પડશે. હેનરીએ કાક્ટરોની આ ચેતવણીને હસી કાઢી અને નિયમિત રીતે પોતાના ઉદરમાં રેતીને નાંખવાનું ચાલુ રાખ્યું. તે રેતીને એકલી પણ ખાય છે અને પાણી સાથે પણ લે છે. પોસ્ટ નામના દૈનિક પત્રના ખગરપત્રીના દેખાં તેણે એક ચોટ રેતી ભરેલી કાથળા કાઢી અને તેમાંથી ચાર નાના ચમચ બરીને પોતાના મુખમાં નાંખી તે પલળી ગઇ ત્યારે તે તેને ગળી ગયો. તે કહે છે કે

મેં નિત્ય રેતી ખાવા માંડી ત્યારથી માગ શરીરના વજનમાં કેટલાક રોરનો વધારો થયો છે, અને જેમ સૂર્યોદયથી જાણ અજણાઈ ત્યજ તેમ મારાં ઘણાં ઈર્ષો નાશુ થયાં છે. વળી તે કહે છે કે હું ૭૦ વર્ષ ને બન્ને ૪૫ વર્ષનો થયો હોઉં જેમ મને લાગે છે. પ્રસિદ્ધ વૈદ્યએ તેને કહ્યું હતું કે પડેશે દિવસે રેતી ખાવાથી તમને એવું દર થશે કે તમારે તે ઉંમરી કરીને કાઢી નાખવી પડશે; બીજે દિવસે જરૂરી આળી ચામડીનો નાશ, થશે, અને એક અડવાડીયુ પૂરે થતાં તો તમારી સ્વાસ્થી નનામીમા બેસીને સ્મચાનમાં પધારશે. લમણા ગ્રોવિન્સ ગામમાં બી કલાકે મનુષ્યના ૩૫માં “સોરડીય પક્ષી” તરીકે ઓળખાય છે. ચાર પાંચ વર્ષથી તે રેતી ખાય છે. રેતી ખાવા પહેલાંલાંમા વખતથી તે ઉંમરના વ્યવિધી પીડાતો હતો અને વંધો તેને મટાડી રાક્યા નહતા. પાંચ વર્ષ સુધી તેણે ડાકરોની દવા ખાધા કરી હતી અને હમ્મરે કેવેલા ખરાબ કર્યા હતા બાપરે કોઈએ તેને રેતી ખાવાને પ્રયુ, અને રોજ ચાર ગ્રામ ખાના મારો, તરતજ તેનું શરીર સ્વસ્થતા લાગુ, યોડી મુલતમા પૂરું આરામ થઈ ગયો, અને તેની નોકરી ઉપર તે લાગ્યો થયો. તે કહે છે કે રેતીથી સ્વસ્થતા રોગ મટે છે, એમ હું કહેતો નથી. મને કોઈ રોગ જીવિતો થાય તો હું તરત ડાકરોની સલાહ લેવાનો. પરંતુ કોઈ પણ સ્થિતિમા રેતી ખાવાની તો હું છોડનાનો નહિ.

તે કહે છે કે તાવમાં રેતી ખાવું લાભ કરે છે. એક માણસને તાવ આવ્યો હતો. ડાકરે તેને ખાટાવામાં સુવાડ્યો તેના પગ આગળ ધમ ધમની રાગડી રાખી માથા ઉપર શૂકા કરેલા બારફની કાચળી મૂકી અને તેને હોઠ પાશર રેતી ખાવડારી તેથી તાવ છ કલાકમાં ઉતરી ગયો. તે પછી હજુ સુધી તેને કોઈ દિવસ તાવ આવ્યો નથી. રેતીની સાથે એક પલાલું પાણી પીયું એ લાભકારક છે હું રોજ બાર ગાઇલ ગાલી રાકું છું અને મને તે જરા પણ જણાતું નથી. હું દાર કે તમારું હવે પીતો નહીં. નાનો હતો ત્યારે જેમ હું હવે માથે કમો રકતો તેમ આજે રક્ત હું અને આ જવા લાભ મને રેતીથી થયું છે. જો રેતી ખા મને છે એવો પ્રશ્ન કેટલાક વાંચકો કરશે તો તેમને જવાબમાં કહું—

The Dr. M. Windsor Laboratory.

1, OXFORD TERRACE, Boston, (Mass, U S A)

એ સ્થળે પત્ર લખવાથી ગોળ રેતી મળશે પચીસ મેન્ટ ( સાડા બાર આના ) ની અર્થે પાઉન્ડ, અથવા એક ડોલર ( ત્રણ રૂપયા બે આના ) ની ત્રણ રતલ એ માવથી મળે છે. નોટ—ગોસ્ટન પોસ્ટ નામના પત્રે રેતીનો ઉપયોગ કરનાર હેનરી વ્યાર્ક નામના પુસ્તકોનો પ્રસિદ્ધ કરેલો ઉત્પાત.

મહાં માણસ આગળ શું બોલવું અને શું ન બોલવું?

લેખક—ઈસ્માઈલ જમાલ બેલીમ મું. ગોન્ડલ હોમીયટલ.

આ જાળન આપણા લોકોને બાળ હોયું નથી. માલ માણસને સાદ લમાડવા મારે તથા જાણે પોતે તેની દાઝ ખાય છે તેવું દેખાડવા મારે જો જરા તાવ આવ્યો હોય છે તોપણ પેટે હાથ અડાડીને “અડોહો ? કેવો તાવ આવ્યો છે. ધાણી કુટી ત્યજ તેવું શરીર ધગે છે.” એમ અસખાસના લોક કહે છે વળી મા અથવા બીજું કોઈ મંડેથી પાગે બેઠું હોય છે તો



તે પોતાનું વધારે હેત બતાવવા ખાતર બોલે છે કે.—“અરે આજે ત્રણ દિવસ થયા શરીર લોહાની પેઠે ધણું રલું છે કેણુ જણે શું થવા બેહું છે, અને અને આમાંથી શું નિષ્-જશે તે તો ખુબને ખબર” આવાં આવાં હજારો વચનો માંદા માણસ પાસે અનેક તેનાં સર્ગા સંબંધીઓ તથા બેવા આવનાર બોલે છે. કેટલાક તો વળી પોતાની હુશિયારી બતાવવા માટે રોગીને થોડીવાર ધારીધારીને બેઠને પછી બોલે છે કે “ભાઈ તારા જમણા કે ડાબા પડ-ખામાં કંઈ દરદ જેવું થાય છે” ? અને બોગબોગે બે દરદી કહે કે હા; એવું વખને જણાય છે. તો તરતજ તે બોલે છે કે—“એ” પહેલેથીજ ધાર્યું હતું કે હીવરમાં અને સ્પીનમાં કંઈક બિગાડ થવો બેઠએ; અને તેમજ થયું. આ રોગો એવા ખરાબ છે કે કેમ કયાં મટતા નથી. અમારા ફલાણાને થયો હતો તે એનો જીવ લીધો ત્યારે છુટકો થયો. બિરાદરા માંદા માણસ આગળ બોલતાં વાંધોનો આ તો ઉતરતામાં ઉતરતા દરજ્જાનો નમુનો છે. બાકી દરદીઓને ઘેર ઘેર ફરીને તમે અનુભવ કરશો તો તમને જણાશે કે રોગી પાસેના માણસો રોગી પાસે જેવાં વચનો આપો દિવસ બોલે છે તે વચનો સાગં સારાં માણસને પણ ત્રીજે દિવસે ખાટલે પાડવા પુરતાં બગવાન હોય છે.

મનના વિચારોની શરીર ઉપર કેટલી અસર થાય છે તે બહુજ થોડાં માણસો જણે છે. આપણા મનમાં દસી જાય કે હવે આપણને ફલાણો ફલાણો રોગ થયો છે, અથવા થતો જાય છે તો તે પ્રમાણે શરીરમાં તેવા ફેરફારો થયા વિના રહેતા જ નથી. સહેજસાજ તાવ આવ્યો હોય તો માણસો કહેશે કે હાથ હાથ શો ગળજ તાવ આવ્યો છે, અને રોગીનું હૃદય સામાવાળાની વાતને તરતજ સ્વીકારી સે એવું નરમ હોય છે, તો જોત જોતામાં તાવ વધી ગયા વિના રહેતો નથી. ધણું ફરીને રોગીઓનાં હૃદય હુબળા થઈ જાય છે અને તેથી સામાવાળા માણસો જે કહે તે તેઓ તત્કાળ માની સે છે. અને આમ હોવાથી દરદીની ઘઠ જાણનારાં માણસો રોગી ઉપર પોતાનું ધણુંજ હેત છે તેમ દેખાડવા માટે “તમારો રોગ બહુજ ભયંકર છે એમાંથી ઝટ એતસો નહિ તો ક્ષમ થઈ જશે, પછી હાથમાં વાત નહિ રહે, અમારો ફલાણો ફલાણો જે શુજરી ગયો તેને પણ પહેલાં તેવુંજ થયું હતું પણ બરાબર ઝોસડ ન કર્યું અને બે મામમાં તો શુજરી ગયો.” એવાં એવાં વચનો કહે છે તેઓ રોગીના મનમાં જે રોગની તેઓ ધાસ્તી બતાવે છે તેનાં બી રોગીના હૃદયમાં રોપે છે. ધણાં રોગીઓ આવી વાતને રાત અને દિવસ પચારીમાં પડ્યા પડ્યા ઘુટયા ફેરે છે, અને ભય અને ચિન્તાથી વ્યાકુળ થઈ પાર વિનાનાં દુઃખનાં ચિત્રો પોતાની ભવિષ્ય રિથિતિ વિષે ચિત્રે છે. ભય અને ચિન્તાથી સાગળ માણસોની રિથિતિ પણ કેવી થઈ જાય છે એ સર્વ કોઈ જણે છે.

ચિન્તાથી ચતુરાઈ ઘટે, ઘટે રૂપ શુણુ જ્ઞાન;

ચિન્તા બડી અમાગણી, ચિન્તા ચિત્તા સમાન.

ચિન્તાએ ચતુરાઈ ઘટે, દુઃખસે ઘટે શરીર;

પાપસે ઘટે લક્ષ્મી, કહે ગયે દાસ કપીર.

એવાં એવાં જ્ઞાનનાં વચનો જ્યાં ત્યાં માણસો બોલે છે તો પણ અવાનથી બિચાર રોગીઓના હૃદયમાં ચિન્તાની અગ્નિ પ્રકટાવે છે.

ક્રાન્સના “ન્યૂ યૉર્ક વર્લ્ડ” નામના વર્તમાન પત્રમાં એવી હકીકત આવી છે કે

કાનસના એક પ્રાન્તમાં અગીઆર વરસની એક છોકરી હતી તેનો કાકા તમીમી ધધો કરતો હતો, અને તેથી તે બ્યારે બ્યારે દરદીઓને જોવા જતો ત્યારે કોઈ કોઈ વેળા પોતાની બનીછને પણ સાથે તેડી જતો, આથી તે છોકરીના મણુવામાં શુદ્ધ શુદ્ધ રોગોનાં નામ તથા લક્ષણો આવ્યાં. આ પ્રમાણે કેટલાક માસ જતાં તે છોકરી મોંઢી પડી. તેને કંઈ મોટા ભારે રોગ થયો ન હતો તેથી તે બે ત્રણ દિવસમાં મરી જવા આવ્યો. પણ એટલામાં ભોગભોગે તેનો કાકા તેને ત્યાં ચઢી આવ્યો, અને તેને ખાટમાં મુનેશી નોંધ વગર જોયે વગર તપાસે અવિચારથી બોલી ઉઠ્યો કે અરરર, આ છોકરીને તો મહાશય થયેલો જણાય છે. તે છોકરીએ આ વચન સાંભળ્યું અને તેના દિલમાં એવું તો મજબૂત મોંઢી ગયું કે થોડી વારમાં તેનાં સપાળાં અંગો રહી ગયાં. આ સ્થિતિમાં કેટલાક દિવસો વહી ગયા પડી વળી પેલા ડોક્ટરે એક દિવસે તેને તપાસીને પુછ્યું. “હવે તુને કંઈ ક્ષય જેવું તો નથી જણાવું.” તેથી થોડીજ વારમાં ક્ષયના દરદીએ જેની ઉવરસ ખાય છે તેમ તે બપોર ઉવરસ ખાવા લાગી અને તેને ક્ષયમાં લોહી પડવા માંડ્યું.

મનમાં મજબૂત મૂળ ધાલતા વિચારોની આવી અસર થતી હોવાથી વિચારવાને કાંઈના આગળ કંઈ પણ બોલતાં બહુ સાવધ રહેવું જોઈએ, તેમાં પણ રોગી આગળ પોતાની જાનને કાંઈ તેમ નચાવવી નહિ. એક જાનને વસતી રાખી એટલુંજ નહિ. પણ મુખનો તથા તેજ વગેરેનો ભાવ પણ રોગી આગળ એના પ્રકારતો ન થવો જોઈએ કે જેથી રોગીને એમ જાન થાય કે મને જોવા આવનાર મારા રોગને બહુ બપોર સમજે છે. હવેનાં રોગી આગળ સારી વાતો કાઢી તેનો રોગ મટવાની આશા જતાવવી. તાવ વધારે હોય તો પણ સમજાવે કહેવું જોઈએ કે હવે તાર ઉતાર ઉપર છે. આ વચનો એમ પણ ન કહેવાં કે રોગીને જાન થઈ જાય કે મને છેતરે છે. નાત જાતના અને પાડોશના મોંઢા માણસની તથા મરણ પામેલાઓની ભથ્થે તથા ચિન્તાને વધારનારી વાતો દરનાર ડોક્ટરો સાથે અને તેવાજ સ્વભાવના બીજા માણસોને ધરનિહાલનીજ શિક્ષા કરી દેવી. ઘરમાં માણસ મોંઢુ પડતાં તે મોંઢુ છે એની વાતો જ્યાં ત્યાં ન કરવી, અને મોંઢાડ વધારે હોય તો પણ સાઈ છે ! સાઈ છે ! એવાજ વચનો જેને તેને મોંઢે કલાં કરવાં, પણ મોંઢાડ બહુજ વધ્યો છે એવું જ્યાં ત્યાં કહીને નાત જાતના તથા જોળણીતા પાળણીતા માણસોથી તીડોનાં ટોળાં દરદીને જોતાં મોંઢે પોતાનાં ઘર ઉપર ઉતરી વડે એમ ન કરવું. દરણુ કે જેમ દાણાનાં ખેતર ઉપર ઉતરતાં ટીડો ખેતર મહિના દાણા ચટ કરી જાય છે, તેમજ દરદીને જોવા આવનાર સેકડો અવિવેકી ટીડો રોગીના ચરીરમાં રહેલું સત્ત જાણી મૂકે છે, અને મોતની પહેલી મુખાકાત કરાવી દે છે.

વળી મોંઢાડની વાત જેમ જોઈ અર્થાય તેમાં લોભ હોવાનું એક બીજું કારણ છે. જરૂરને જોવા આવનાર માણસો તથા દરદીને જોળણતા માણસો દરદીના સમયમાં જે વચનો કરે છે તેનાં મોંઢાં દરદીના દીલમાં અથડાય છે અને જો તે વિચારો સારા હોય છે તો રોગીને સારી અસર થાય છે અને નહિ તો તેવું દરદ વધવામાં ઉત્તેજન મળે છે. જેમ માણસ અને મોટા તેને જોળણનાશ વધારે તેમ તેના મોંઢાડને જોઈ નાંહેરાતમાં મૂકેને જોઈએ. જે મોંઢા માણસો આખા દેશમાં જાણીતા હોય છે તેમના મોંઢાડની વાત તારથી જ્યારે આખા દેશમાં પ્રસરી જાય છે, અને તેથી સમજા તેના અચાવના અસંજાના વિચારો બપ, અને ચિન્તાથી જો સેરે છે તો તે મોંઢા માણસના રોગ વધતો જાય છે. આવાં આવાં કારણોથી આપણા મોંઢાડ તેમજ બીજાં કુખ્યો કાંઈને પણ નજર જણાવવામાં કાયદો છે.

# પ્રેગપ્રતિબન્ધક ઉપાય.

(અનુસંધાન સન ૧૯૧૭ ના જુનના અંકના પૃષ્ઠ ૨૨૭ થી.)

(અનુવાદક ન્દાનાલાલ સી. ઉપચારક, મુ. કન્થ-કોડાય)

કુર્ગન્ધિ પદાર્થોને બદલે સુગન્ધિદાર પદાર્થોને જો આજવામાં આવે, તો પરિણામ તદ્દન સારૂ આવશે. સુગન્ધિ પદાર્થોનું વર્ણન હવે આગળ ઉપર કરીશું.

દિનાઇલ પણ એક ઉત્તમ જંતુગ્રહ છે; પણ અફસોસ કે ગંધકની મોઢક આ પણ મનુષ્યની તંદુરસ્તી ઉપર પોતાની ખરાબ અસર બહુભાવે વિના રહી શકતું નથી.

બહુગ્રાહમાં જ્યારે પ્રેગ સારૂ થયો, તે વખતે દિનાઇલ છૂટથી વાપરવામાં આવ્યું, ગરમ રસ્તે દિનાઇલ તળાવમાં પડતું હતું. કહે છે કે મોઢકો આદિ બધા જીવો યોગ્ય દિવસ પછી મરી જાય જસ ઉપર તરવા લાગ્યાં હતાં. દિનાઇલથી કુર્ગન્ધિન હાથ જો મોઢકને લાગી જાય તો ચિત્ત આખો દિવસ ગમરાય છે, મોઢું સુકાય છે, ગળું ફેંકાય છે, અને કવચીત છાલો પણ પડી આવે છે. માટે જ યાદ રાખવું જોઈએ કે સભાળ પૂરેક દિનાઇલ વાપરવું.

દિનાઇલમાં એવી તો ખરાબ ગંધ હોય છે કે યોગ્ય વખતમાં માથામાં ચઢી આવવા માંડે છે તેથી અમને આગળથી લાગે છે કે મનુષ્યો શી રીતે અને ધરમાં હરએક સ્થળે છોટે છે, અને પાસે રાખે છે? સભવ છે કે દિનાઇલ સાથે તેમની મિત્રતા થઈ તેઓ ટેવાઈ ગયા હશે. એક બદખોનો નાશ કરવા માટે ખીજ બદખો ઉપલબ્ધ કરવી એ સ્વચ્છતાની ઉત્તમ રીતિ કદાચ કહી જ ન શકાય. મારા વિચાર પ્રમાણે મલમૂત ત્યાગ કરવાનાં સ્થળો અને મલીન મોરી-ચોના સિવાય ખીજે કોઈ પણ સ્થળે દિનાઇલનો ઉપયોગ નહીં કરવો જોઈએ. કેમકે વારં-વાર આમાંથી પ્રચરતી બદખો ચિત્ત હલવ અને મસ્તકને બહુ હાનિ પહોંચાડે છે. એને બદલે જો દેશી દિનાઇલ બનાવવામાં આવે તો બહુ ઉત્તમ થશે. આ દેશી દિનાઇલ છાંટવાથી જાણીએ તો નાશ કરે છે અને ખૂબી તો એ છે કે આવાથી પાચનશક્તિ વધારે છે અને જંતુગ્રહ છે. આ સ્વદેશી દિનાઇલ એક શેર ઉત્તમ તીક્ષ્ણ સિરકામાં એક તોલો અસલી હોંગ મેળવવાથી દિનાઇલનું કામ આપશે. હોંગ અને સિરકો બન્ને છીટાણા ધાતક છે; જો કે હોંગની ગંધ પણ કંઈ એક મનુષ્યોને ખરાબ લાગે છે પરંતુ દિનાઇલ પાસે તો તે કંઈ બીજાતમાં નથી.

જમ્યા પછી આ દેશી દિનાઇલને ૧ થી ૩ મારા (૨૪ રતી માં પા તોલો) સુધી આવાથી પાચનશક્તિ વધે છે અને રોગના જન્મ નાશ પામે છે. આગળ ઉપર હોંગ અને સિરકાના ગુણ પણ બતાવશું.

ફ્રાન્સ શમજીન ખવાઈત અજાસિયાના પ્રસિદ્ધ વૈદ્ય લખે છે કે ધરમાં સિરકો અને હોંગ છાંટવાથી રોગોથી બચી શકાય છે.

## (૨) હિસિન્ફેક્શન-અગ્નિ દ્વારા.

હવે અમારો વિચાર એવી શુદ્ધતાની રીતિનું વર્ણન કરવાનો છે કે જો અમાગ વિદ્યા-ભાએ રોગોનો નાશ કરવા માટે યોગ્ય હતી. બારલેવર્પમાં “હવન યદ્ધ” નામે તે પ્રસિદ્ધ છે. આને ને પ્રક્રિયાએ કેવલ એક નગરને નાસ્તે નહિ, એક ધરને માટે નહિ, પરંતુ

મનુષ્યને માત્રને માટે, માત્ર રોગના દિવસોમાં જ નહિ પણ સ્થિતિ દિવસોમાં, અત્યુક્ત સમય સુધી જ નહિ પરંતુ યાવજીવિત નિબંધન તરીકે ફરજિયાત રચાયેલ હતું. અને આજ કારણ પ્રથમના સમયમાં આવા પ્રાણુગતક રોગ કંટાળીતજ દેહનવતા હશે. નવા નવા ભયાનક રોગોના પ્રાદુર્ભાવ કેવળ આ નિયમોના તિરસ્કારનું પ્રામાણિક છે.

સુગન્ધિત પદાર્થોને અગ્નિમાં બાળવા એ ક્રિયાને “હુચનેચણ” કહે છે. મરુતુરી લોરાન કીટાણુ ધાતક છે. પરંતુ તેનાથી એક ગામ કે નગર તો એક બાજુ રહ્યું પણ ઘરની પણ ફરી સફાઈ નહિ થાય. કેમકે એમ પાકે બાસે કદાપિ નાનું કદી સકાય કે કોઈ પણ સ્થાન કે હેઠ મરુતુરી લોરાનથી સફાઈ થયા વિનાનું રહી ગયું નથી. ઘરમાં જીતો જમીનોમાં કંઈ ભાગ રહે થયા વિનાના રહી જાય છે. સંભવ છે કે જાતુઓ તે ભાગમાં હોય. ધોતું બ્યારે મરુતુરીની સ્વાભાવિકતામાં છે ત્યારે કેમ ચોક્કસજ કદી સમય કે કંઈ ભાગ ધોવા વિનાના રહી નથી ગયા? જગતમા જેટલા સ્વાભાવિક વસ્તુઓ જેવામાં અનુભવવામાં આવે છે તેમાં અગ્નિ તથા વાયુ મર્વથી સ્ક્રમ છે, વાયુ રહેલાઈવી રૂપ ધારણ કરાનો અને તેને ત્યાગવાના સ્વભાવવાળો છે જ્યાં આકાશ (પોલાણ) હોવાથી ખાલી સ્થાન માલુમ પડે છે ત્યાં પણ વાયુ તો છેજ. દરેક ઘરના ખૂણા ખૂણામાં, ઝિંક ઝિંકમાં અને બહુજ બારીક કોણોમાં પણ સ્ક્રમ થઈ વિના વાયુ સંચરી રહે છે. હવે જે વસ્તુને બાળવામાં આવે છે તે વસ્તુના સ્ક્રમ પરમાણુઓ સ્ક્રમ રૂપે વાયુમાં ભળેલા રહે છે. અને જે આપણે જેવા પદાર્થો કે જે સુગન્ધિ છે (એટલા માટે જેમ આગમ લખ્યું તેમ સુગન્ધિત પદાર્થો કીટાણુ ધાતક છે) તેને અગ્નિમાં બાળીએ તો તે ઘરના હરએક ખૂણામાં ભરાઈને સંપૂર્ણ શુદ્ધિની આજ્ઞા રાખી શકાય. અને જે આની સાથે બીજી પણ સફાઈની રીતના નિયમોનું પાલન કરવામાં આવે તો કદાપિ રોગ હુમલો દરેકે તેવો બધ રહે નહિ.

બ્યારે પ્લેગ રોગ સુનાનમાં ચર થયો હતો ત્યારે ત્યાં લોકો બપોળીન થઈને યુકરાત કદી-મંત્રી સેવામાં તે કુટ રોગનો ઉપાય પુકવાતે ગયા. યુકરાતે કહ્યું કે જ્યાં નગરવાસીઓ પોતપોતાનાં ઘરોમાંથી નીકળીને મેદાનમાં ચાલ્યા જાઓ, અને નગરની ચારે બાજુએ સુગન્ધિત પદાર્થો ભેગા કરીને આગ લગાવી મૂકો. ઇતિહાસ સાક્ષી પુરે છે કે એમજ કરવામા આવ્યું અને પ્લેગ ત્યાંથી નાશુક થયો હતો. આજે વિશ્વાસ છે કે જે ગામમાં પ્લેગ થાય ત્યાં તે પ્રમાણે કરવામાં આવે અને પછી દરેક મનુષ્ય દરેક ઘરમાં પોતાની સક્રિત પ્રમાણે સુગન્ધિત પદાર્થ બાળવા સાર કરે તો પ્લેગનું મૂળ નષ્ટ થાય. સરકારને અને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે તે આ પ્રમાણે કોઈ એક સ્થળે અખતરો કરી અજગાયક દરે. જ્યાં સાધારણ-સાધારણ વાતો ઉપર આટલું લક્ષ્ય અપાય છે ત્યાં આ પરીણા કરવામાં શું હાનિ છે ?

પણ રોગના પ્રચંડ નાદમા તત્કીરોને સુસ્મ અવાજ સાંભળે કાણુ ?

જાણ્યો આવો, આપણે બધા ભેગા થઈ એવું કરવાનો ઉદ્દેશ કરીએ કે જ્યાં કોઈ ટે-કાણે મદ બાગથી પ્લેગ ફાટી નીકળે ત્યાંનાં મનુષ્યોને માટે કંઈ એવું કરીને યુકરાત કદીમની આજ્ઞાનુસાર કાર્ય કરીએ. અને અલગ છે કે અમૂલ્ય હજારો નાશ થતા બચી જશે. કહે છે કે ૧૬૬૬ માં લંડન શહેરમાં જે પ્લેગ હિમ્મત થયો હતો તે દેવયોગે આગ લાગી જવાથી પાછળથી સંવેદ દર અલગ્યો હતો. અંગ્રેજો પોને કાકરીના નિબંધાત ગણાતા પણ આ મતથી સહમત છે. પ્લેગને વખને અગ્નિથી સફાઈ સર્વોચ્ચ સાધન છે. જે હું જાણ ન કરતા હોઈ તો કાકર લાકડીન સાંદેગ હાલની પ્લેગની રચીની સોષકે પેરે કોઈ સ્થળે લાવે છે કે નિન્દુઓની હવન રીતિ આ રોગને માટે બહુજ લાભમયક છે.

ધણું ખર્ચ રોગનો ઉપાય ડાક્ટર લોકો આજકાલ ફ્યુમીગેશન ( Fumigation ) અર્થાત્ ધૂણીની રીતિ પ્રચલીત કરી રહ્યા છે. થી માન્યવર ડાક્ટર ભક્તા સમજીએ એક અંગીકી નિર્માણ કરેલ છે. તેમાં કોયલા બરવામાં આવે છે. તેમાંથી તીક્ષ્ણ ગરમી નીકળે છે. કહે છે કે ૧૧૨ અંશની ગરમી પ્લેગ પ્રસારવનાર જંતુઓનો નાશ કરે છે

અમે આ નિર્માણિત વિચારથી વિરુદ્ધ નથી. ખરેખર આ સર્વોત્તમ રીતિ છે, જો આની સાથે સુગન્ધિત પદાર્થો નાખવામાં આવે તો વળી વધુ સારું. સ્વચ્છ હવા સુગન્ધિત પદાર્થોના પરમાણુઓને લઈને ખૂણા ખૂણામાં અને છેદ છેદમાં થઈને તે સૂક્ષ્મ હોવાથી ઉપર ચડશે અને ઉપરની શુદ્ધ વાયુ તેની જગ્યા લેશે. આ પ્રમાણે જ્યાં ગરમી અને સુગન્ધિત પદાર્થો જંતુઓનો નાશ કરશે ત્યાં પછીથી ઘરમાં સ્વચ્છ પાન રહેશે. જો આ પ્રથા ગામ ગામમાં ઘર ઘરમાં થઈ ચાલુ જાય તો મગફળ નથી કે પ્લેગનું રોગનું મૂળ જડમૂળથી ઉખડી ન જાય.

આ પ્રથાએ વસ્ત્રો આદિને ધૂણી દઈને શુદ્ધ કરી શકાય છે. આ વાત જરૂર યાદ રાખવા જેવી છે કે આ કામને માટે જ્યારે અગ્નિ બાળાવામાં આવે ત્યારે તે બહુજ તીક્ષ્ણ હોવો જોઈએ.

. ક્રમશઃ.

## વૈદકીય પ્રત્યોત્તર.

( લેખક:—ડાક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ, એન. ડી. )

( અનુસંધાન પૃષ્ઠ ૧૭ થી. )

૫૦. પ્રશ્ન:—આપણે જહીંએ અગર ગભરાઈએ છીએ અથવા “ નર્વસ ” Nervous થઈએ છીએ, ત્યારે આપણી છાતી ખૂબ ધડકતી શાધી હશે.

ઉત્તર:—ચરીરને લગતી એક અતિ અગત્યની અને ચમત્કારિક બાબત વિષેના આપણા જ્ઞાન ઉપર આ પ્રશ્નના ઉત્તરનો આધાર આધાર રહે છે. હૃદય કે રક્તાશય ( Heart= હાર્ટ ) ની અદરજ રહેલાં કેટલાંક મજ્જાતંતુનાં પુટ કે અણુઓ ( Nerve cells= નર્વ સેલ્સ ) ની આશા અનુસારજ છાતીનો ધમકારો ચાલ્યા કરે છે. આથી કરીને મગજ પોતે ઉધી ગયું હોય, અગર ખીજ કોઈ બાબતમાં રોક્ષયલું હોય, અગર તેને ઝેર ચડ્યું હોય, છતાંયે છાતી તો પોતે ધમકમાજ કરે છે. પરંતુ રૂઢિચાંચિરણ એટલે ચરીરમાં લોહીના ફરવાનો આધારછાતીના ધમકવા ઉપર રહેશે છે તેથી સમગ્ર ચરીરનો રાગ અને નેતા કે નિયામક જે મગજ છે તેની પાસે કોઈ એવું સાધન અવશ્ય હોવુંજ જોઈએ કે જેના વડે પોતાની ઇચ્છા કે જરૂર પ્રમાણે તે હૃદયની ધમકવાની ક્રિયામાં જોઈતો ફેરફાર કરી શકે. આવા સાધન તરીકે કેટલાંક ખાસ મજ્જાતંતુઓ ( Nerves= નર્વ્સ ) મગજમાંથી નીકળીને ગળાની બન્ને બાજુએ થઈ નીચે ઉતારી રક્તાશય કે હૃદયમાં જાય છે. આમાંથી મજ્જાતંતુઓની એક જોડ છાતીના ધમકારાનું બળ અને દર મિટિમાં થતી સંખ્યા ઘટાડવાની શક્તિ ધરાવે છે, અને તેવીજ રીતે એક ખીજ જોડ છાતીના ધમકારાનાં બળ અને સંખ્યા વધારી શકે છે. હવે જ્યારે આપણને લગ લાગે છે, અગર આપણે ગભરાઈએ છીએ ત્યારે આ મજ્જાતંતુઓ મારફત મગજ કેટલાંક હુકમો નીચે હૃદય દરફ મોકલે છે જેને પરિણામે છાતી જોરથી અને ઝડપથી ધડકવા લાગે છે. જ્યારે પણ કોઈ પ્રાણી જોખમમાં આવી પડે, અગર તેને

બધ લાગે ત્યારે, એક સામાન્ય નિયમ તરીકે, સાચમાં સારો ઉપાય તે ત્યાંથી દોડી જવું એ હોય છે. હવે, We run with our hearts far more than with our legs, 'હોડવાનું' કામ પગ કરતાં હૃદય વધારે કરે છે; અર્થાત્ હોડવાની ક્રિયા કરતી વખતે પગ કરતાં હૃદયને વધારે શ્રમ પડે છે, મરણ કે પછે હોડવાની શક્તિ હૃદયના લોહીની મારફત પુરી પડે છે. છાંતીના અધિક વેગ અને બળથી, ધબકવાની અબળ ક્રિયાનું સત્ત્વ રહસ્ય કે ખરો ભેદ એ છે કે બમણી નારી છુટવાની કદાચ જરૂર પડે તો તે માટેની સઘળી તૈયારી હૃદય પૂર્વથીજ કરી રાખે છે.

— ૫૧. પ્રશ્ન:—આપણે દોડીએ છીએ ત્યારે આપણી છાતી વધારે ઝડપથી અને જોરથી કેમ ધકકે છે?

ઉત્તર:—આપણે દોડતી વખતે પરિશ્રમ કે કામ કરતા હોઇએ છીએ, કારણ કે પદાર્થના અમુક જથ્થાને—આપણા શરીરને—અમુક ઝડપે આપણે ખસેડતા કે વહી જતા હોઇએ છીએ. હવે આ કામ કરવા માટે શક્તિ કે બળ ગમે ત્યાંથી મળવું તો જોઇએ જ, અને તપાસ કરતા જણાય છે કે, ઔષ્ઠિરમા કામસો કે લાકડાં બળવાથી જે શક્તિ પેદા થાય છે તેના વડે જેમ એન્ટન ચાલે છે, તેવીજ રીતે આપણા શરીરમાં શર્કરા જેવા અને બીજા પ્રકારના કેટલાક પદાર્થો રનાયુઓની અદર બળી જઈને આવશ્યક બળ પુરું પાડતા હોય છે. આવાં તત્ત્વોના બળનાથી દોડવા કે કામ કરવાની શક્તિ મળવા ઉપરાંત ઔષ્ઠિરના બુગળામાંથી જેમ છુમાડો નિકળે છે તેમ આપણા મુખ કે નાકમાંથી પ્રવાસ રૂપે કાર્બોનિક એસિડ નામનો ઝેરી વાયુ અધિક પ્રમાણમાં બહાર નીકળે છે. ઝડપથી દોડવાનું કે બીજી સખ્ત કામ કરતી વખતે કાર્બોનિક એસિડ નામનો વાયુ રનાયુમાં એટલા મોટા પ્રમાણમાં પેદા થાય છે કે શરીરના લોહીમાં તે વિષમય તત્વ બહુ જલદી વધી જાય છે, અને તેટલીજ તરાથી તેને શરીરની બહાર કાઢી નાંખવાની તબીબના ન થાય તો પોતેજ શરીરમાં પેદા કરેલા આ ઝેરી વાયુથી આપણે મરી જઇએ. આનું મારું પરિણામ નિષ્ફળ અટકાવવા માટે શરીરની અંદર મહેલ જીવનતત્ત્વ કે આત્મ સંરક્ષક શક્તિ Vis medicatrix naturae કામ કરતા રનાયુઓમાં અને ફેફસામાં લોહીને કમેલા 'રક્ત' ધણીજ ચલાવે ઝડપથી ફેરવે કે ધકકવેલા થાય છે, કે જેથી તેને પ્રસંગે જોઇતો અધિક પ્રમાણમાં પ્રાણવાયુ (Oxygen—ઑકસીજન) શરીરને પ્રાપ્ત થાય, તેમજ બહુ ઝડપથી વધવા જતા કાર્બોનિક એસિડ નામના ઝેરી વાયુને બહાર કાઢી નાંખવાનું બની શકે. લોહું તપાવનાર જુદાંરે આગ વાસણુપર કલાપ ચકાવનારને જ્યારે આગ બહુ ઝડપથી અને જોરથી પ્રગ્નસિત કરેલો હોય છે ત્યારે તે પોતાની ધમણ વધારે ઝડપથી અને જોરથી ચલાવે છે, તેવીજ રીતે આપણું શરીર પણ ફેફસાં અને હૃદય રૂપી જીવતી ધમણોને જોરથી ચલાવીને લોહીની મારફત પુરતો પ્રાણવાયુ કામ કરતા રનાયુઓને પુરો પાડે છે, અને તેજ વખતે વળી શરીરમાં વધી જતા કાર્બોનિક એસિડ નામના ઝેરી વાયુને પસડી કાઢી પ્રવાસમાં બહાર કાઢી નાખે છે. ફેફસાંમાં અને શરીરમાં જ્યારે લોહી જોરથી અને ઝડપથી ફેરે ત્યારેજ આ પ્રમાણે બની શકે, તેથી દોડતી વખતે છાતી જોરથી ધકકતી આપણા જોવામાં આવે છે. દોડતી વખતે અંદર સખ્ત શારીરિક પરિશ્રમ કરતી વખતે જેમ તત્ત્વો ધણીજ વધારે મોટા પ્રમાણમાં પેદા થતાં હોય છે તેનો એક પુરાવો એ છે કે

મનુષ્ય નિષ્ક્રીય હોય તે સમયે તેના પ્રધાસમાં નેટલો કાર્બોનિક એસિડ વાયુ નિકળતો હોય તેના કરતાં તેજ મનુષ્ય જોરથી દોડતો કે સખ્ત શારીરિક પરિશ્રમ કરતો હોય ત્યારે તેના પ્રધાસમાં કદાચ દશ ગણો જેરી વાયુ બહાર નિકળતો હોય છે એમ તપાસી જોતાં માલુમ પડે છે. હાલની છેક નવી શોધોને આધારે એમ માલુમ પડ્યું છે કે હમેશાં નિયમીત રીતે કસરત કરવાનો કે દોડવાનો જેને અભ્યાસ હોય (when a man is "in training.") તેવો મનુષ્ય બ્યારે દોડે છે ત્યારે અભ્યાસ વિનાના મનુષ્યોના કરતાં તેના શરીરમાં ઓછો કાર્બોનિક એસિડ વાયુ પેદા થાય છે, અને તેની નાડી કે છાતીનાં ધબકારાનો વેગ બીજાઓના નેટલો વધી જતો નથી. આ વાત ઉપરથી એમ સિદ્ધ થાય છે કે શરીરને નિયમીત રીતે પરિશ્રમ કરવાનો અભ્યાસ રાખવાથી, અન્ય લાભ ઉપરાંત, શરીર વધારે કસરતથી પોતાનું કામ કરતાં શીખે છે અને શરીરની અંદરનાં શર્કરા જેવાં અન્ય તત્વો ઓછા અને જરૂર નેટલાજ પ્રમાણમાં ખર્ચાઈ કે બળી જાય છે.

પર. પ્રશ્ન:—અમુક મિત્ર કે અમુક સંબંધી ઉપર આપણને વધારે વહાલ ઉપજે છે, અને તેમના તરફ આપણે અધિક રસદ દર્શાવીએ છીએ તેનું કારણ શું, અને તેમ કરવું તે વાજબી છે કે નહિ?

ઉત્તર:—વિધાવિનયસંપન્ન બાલક, ગાય, ડાથી, કુતર, ચાણસ એ મને તરફ સમ-દર્શી બની એક સરખોજ પ્રેમ રાખવો એ મહત્ત્વના સિવાય અન્ય સામાન્ય સાંસારિક વ્યક્તિઓથી બની શકે તેમ નથી. તેથી સંસારચક્રના સુખ અને સર્વ વહન માટે પ્રત્યેક મનુષ્ય પોતાના પ્રેમનો અને પરિશ્રમના ફલનો મોટો હિસ્સો માત્ર ગણ્યાગણ્યા, અમુક પસંદ કરેલાં, રતેલી સંબંધીઓની સેવામાં જ સમર્પણ કરે એ સાર અને વાજબી ત્યાં સુધી ગણી શકાય કે જ્યાં સુધી તેવો રસદ અને સેવાતંત્ર પાત્ર તેને લાયક હોય અગર તો આપણા તેવા પ્રેમ કે આકર્ષણનું ખાસ કારણ તે પ્રેમપાત્ર વ્યક્તિનું કોઈ સુલક્ષણ કે સારી વાત હોય. જો કોઈ મનુષ્યમાં અધિક પ્રેમ, મૃદુતા, પ્રમાણિકતા, દૃઢતા, સ્વમાન આદિ સદ્ગુણો બીજાઓના કરતાં ઘણાં વધારે હોય છતાં તેવા સુલક્ષણો ખાતર બીજાઓ (જેમનામાં તેવા ગુણો ઓછા કે ગેંઠાજનર હોય તેવાઓ) કરતાં તેમના તરફ અધિક પ્રેમ કે માન ન દર્શાવવાં એજ અન્યાય છે. પ્રેમનો બદલો પ્રેમ વડે, અને નિર્દોષ આનંદ આપનારને બદલામાં તેરોજ આનંદ, આપવો અગર તેમ કરવા પ્રયાત્નશીલ રહેવું એ તો સંધિ ન્યાય અને પ્રત્યેક મનુષ્યની ફરજજ છે. હુર ઘાતકી લોકોને પણ દળણ અને પરગણુ માણ્યો નેટલોજ આવકાર અને રોક બીજાઓ તરફથી ગળતાં રહે તો પછી પોતાનું વર્તન સુધારવા માટેનો એક અગત્યનો હેતુ અને કૃતિ-જનનું સાધન નહ થાય. કારણ કે જો પોતે બીજા તરફ ખરાબ વર્તન ચલાવશે તો ઘણું દુરિત બીજાઓ પણ બદલામાં તેવુંજ વર્તન તેનાં તરફ રાખશે એમ જાણવાથીજ મનુષ્ય હમેશાં પોતાની અંદરના દુર્ગુણોને દાંકવા અને દબાવવા તથા સદ્ગુણોને મહેનત અને દુઃખ વેઠીને પણ ખીલવવા કે વધારવા મનુષ્ય બહુધા સાવધાન રહે છે. આપણા જીવન અને વર્તન વિષે એક ખાસ યાદ રાખવા જેવી વાત એ છે કે ચાન્સિય દમેશાં “એપી” હોય છે એમ એક રીતે કહીએ તો ગણે, કારણ કે આપણો દરેક સારો વિચાર-શબ્દ-કાર્ય જગતમાં અન્ય મનુષ્યોને તેવાં બનવાનું બળ આપે છે. અને ખરાબ વિચાર-શબ્દ-કાર્ય વર્તન પ્રત્યક્ષ તેમજ

પરોક્ષ રીતે બીજાએની નીચ માર્ગ તરફ ધસી જવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પ્રેમાળ અને દયાળુ માખાપનાં છોદરાં મોટે ભાગે પ્રેમાળ અને દયાળુ પાકે છે, તથા કુર ધાતરી માખાપનાં બાળકો નિર્દય અને હિંસક થાય છે તે જગજહેર સર્વમાન્ય અતુલ્ય પણ ઉપર કહેવા સિદ્ધાન્તવુંજ સમર્થન કરે છે. આપણે અનુક્રમણીને ખાસ કરીને ધર્માન્ત કેમ ચાહીએ છીએ, અગર તેમનો સંગ આપણને અધિક મુખપ્રદ કેમ લાગે છે તેનું એક મોટું કારણ તો એ છે કે સત્-ચિત્-આનન્દ, સત્ય-જ્ઞાન-પ્રેમનું પૂર્ણત્વ એજ આપણું મૂળ અને ખરૂં સ્વરૂપ છે, જેને પ્રાપ્ત કરવા આપણા અંતરાત્મા હમેશા તલપા કરતો હોય છે, અને તેથી જ્યાં જ્યાં, જેમાં જેમાં, આ શુભો અધિક પ્રમાણમાં આપણને જણાય છે ત્યાં ત્યાં, તેતે વ્યક્તિ તરફ આપણે સ્વાભાવિક રીતે આકર્ષાઈએ છીએ. ગાર્હ્ય એક ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે “પિતા પિતા હોવાથી, અગર મિત્ર મિત્ર હોવાથી, પ્રિય નથી; પણ તે આપણા આત્મસ્વરૂપ હોવાથી આપણને પ્રિય લાગે છે.” પરંતુ ધણીવાર આપણે પોતે કોઈ દુર્ગુણ કે દુર્વ્યસનના દાસ બની ગયા હોઈએ છીએ ત્યારે, જે કે આપણો અંતરાત્મા તો અદર્શી બના કરતો હોય છતાં, આપણે આપણા જેવા વ્યસની કે દુર્ગુણી માણસ તરફ વધારે ખેચાઈએ છીએ. તેનું કારણ પણ એજ જણાય છે કે તેની સ્થિતિમાં આપણે આપણા ખરા અને શુદ્ધ સ્વરૂપથી ઘણા દૂર અને ધસસ્વરૂપની વધારે નજીક હોઈએ છીએ; અને નજીકની વસ્તુ દૂરની ચીજ કરતાં અધિક આકર્ષણ કરી શકે એ જણ્યોત્ત શાસ્ત્રીય નિયમ છે.

પૃ. પ્રશ્ન:—આપણો જમણો હાથ ઠાપા હાથ કરતાં વધારે બળવાન કેમ હોય છે?

ઉત્તર:—એ વાત તો તદ્દન નહીજ છે કે એકજ માણસના એ હાથ વચ્ચે બળનો તફાવત કુદરતી રીતે હોતો નથી, અર્થાત જન્મથીજ દરેક બાળકને જમણો હાથ ઠાપા હાથ કરતા વધારે બળવાન હાલતમાં પ્રાપ્ત થતો નથી, પરંતુ તેવો જે તફાવત પાછળથી આપણા જીવનમાં આવે છે તે તફાવતનું કારણ તો તે જન્મે હાથનો ઉપયોગ આપણે જે રીતે કરીએ છીએ તે હોય છે. વળી ઝીણું નાણુક કામ સફાઈથી કરવાની આવડત અને જોર એ જે જુદીજ બાજતો છે તેથી લખવા, ચિતરવા, કે ભરત ભગવાનું કામ એક હાથ વડે બીજા હાથ કરતાં વધારે સાઈ કેમ થાય છે, એ સવાલને પ્રત્યુત પ્રશ્ન સાથે ગુચરી દેવાનો નથી. આપણે તો અહિં જોગ અથવા જાનો સવાલ વિચારીએ છીએ તે સમયમાં કહેવાનું કે એક એવું કાઠ યંત્ર આવે છે કે જેને હાથમાં (મુકીમાં) પકડીને બની શકે તેટલા જોરથી દબાવવાથી તેનો કોરો ફરીને આપણા તે હાથનું જોર કેટલું છે તેનું પ્રમાણ કે સમ્પ્રદાશ દર્શાવે છે. આવા યંત્ર વડે તપાસ કરતાં જણાય છે કે, જેને સાધારણ રીતે ‘જામોડીઆ’ કે ‘સવ્યસાચિન્’ કહેવામાં આવે છે તેના કોરોનો ઠાપો હાથ, અને બીજા-જોનો જમણો હાથ, બીજા હાથ કરતાં ઘણીજ વધારે બળવાન સાધારણ રીતે હોય છે. આવો દેર પકડાવું કારણ એ હોય છે કે આપણે ભાર ઉચકવામાં, પથર ફેંકવામાં, ફિકેટ કે ગેડી દણ જેની રમત રમતી વખતે ‘જા’ કે ગેડી પકડવામાં, અને એવાં એવાં મહેન-તાનાં કામોમાં, ખાસ કરીને એકજ (જમણા) હાથનો ઉપયોગ વર્ષોનાં વર્ષો સુધી કર્યા કરીએ છીએ જેને પરિણામે તે હાથ વધારે કમરત મળવાથી અધિકતર બળવાન બની જાય છે. આમ કરવાને બદલે જો જન્મે હાથને સરખી મહેનત આપવાની કાળજી છેક બાલ્યાવસ્થા-થીજ રાખવામાં આવી હોય છે તો ઉપર કહે તેવો જન્મે હાથના બળ કે જોરમાં તફાવત



પડતો નથી. આવા હાથવાળાં મનુષ્યો “બિમ્બુદક્ષિણ” (Ambidextrous-એમ્બી-ડેક્સટ્રસ) કહેવાય છે. શરીરના કોઈ અંગને ઝોળી કે વધારે કસરત મળવાથી કેટલો ફેર પડી જાય છે તે વાત આ ઉપરથી સારી રીતે સમજાય છે. ઉપર કહ્યું તેવું બળમાપક ચક્ર ન હોય તો એક સાદી કુટપટ્ટીથી પણ કામ ચાલી શકે છે. એટલે કે બન્ને હાથની કોણી-ઝોળી બન્ને આંગળી નીચે દરેક હાથનો ઘેરાવો કેટલો છે તે બરાબર ખાપી જોવાથી, અગર તો કોણી અને ખભાની બરાબર મધ્યમાં બન્ને હાથની જાણ કંટાળી છે તે ભરી જોવાથી, અગર તે પણ ન બને તો એકજ દંડનાં બે હાથનાં મોળાં પકેરી જોતાં જણાતા તકાવત, ઉપરથી, જોઈ શકારો કે વપરાશ અગર કસરત વડે શરીરનાં અંગ અને સ્નાયુઓની પ્રુષ્ઠિ અને સંવર્ધન કેટલા પ્રમાણમાં શક્તિગત થઈ શકે છે. આટલું છતાં પણ એ વાત વિચરી જવા જેવી નથી કે, શરીર તેમજ મગજની ખીલવણીની પણ અમુક હદ જરૂર હોય છેજ કે જ્યાં સુધી આપણે વિના હરકતે જઈ શકીએ, પરંતુ તેથી આગળ જવાનો પ્રયત્ન કરવાથી ગંભીર નુકસાનજ થવાનો સંભવ રહે છે.

પૃ. પ્રશ્ન:—માખી એકજ દિશા સર્વ દિશામાં જોઈ શકે છે, એ વાત ખરી છે?

ઉત્તર:—એકજ સમયે માખી સર્વ દિશામાં નજર કરી શકે એમ તો, તેની ગમે તેવી અદ્ભૂત પ્રકારની આંખની રચના હોય તો પણ, બની શકેજ નહિ, કારણ કે એક તરફથી તો તે માથામાં જડાયલીજ હોય અને તેથી તે દિશામાં તો પછી નજર દરવાજું તેને રહેવુંજ નથી. છતાં એટલું તો ખરૂં છે કે માખી અને ખીખાં કેટલાંજ જંતુઓની આંખો આપણા કરતાં ઘણી વધારે દિશાઓમાં એકી વખતે જોઈ શકે છે. જેમની આંખો સપાટ હોવાને બદલે વધારે બહાર તરી કે ઉપસી આવેલી અને વધારે ગોળાવો લેતી હોય છે તેવાં પ્રાણીઓને આ વાત ખાસ લાગુ પડે છે. પરંતુ આ ઉપરથી એમ માની લેવાનું નથી કે એકી વખતે બધી દિશામાં આવાં પ્રાણીઓ એક સરખી સ્પષ્ટતાથી નિહાળી શકે છે. છતાં એટલું તો ખરૂં છે કે, તેઓ એક તરફ જોઈ રહ્યાં હોય તેમ વખતે તેનાથી ઉલટી દિશામાં થતી હિલચાલની તેમને આપણા કરતાં ઘણીજ વધારે હદ સુધી ખમર પડી શકે છે. આજ વાત વધારે મારી રીતે અને યોગ્ય સંજોગમાં જણાવવી હોય તો એમ કહેવું જોઈએ કે મનુષ્યના કરતાં આવાં પ્રાણીઓનું દ્રષ્ટિક્ષેત્ર વધારે વિશાળ છે (Their field of vision is larger than that of man); છતાં આ સંજોગ ઉપરથી એમ સ્પષ્ટ સૂચન નથી થતું કે તેઓ એકી વખતે બધી દિશામાં અવલોકન કરી શકે છે. એકી વખતે અનેક દિશા-ઓમાંથી આવતાં પ્રકાશનાં કિરણોને બરાબર રીતે આંખ ઓળખી શકે માટે આવાં જંતુઓની આંખના ડોળા પાસા કે પહેલ પાડેલા કિરાં માણેકના જેવા કુદરતે બનાવેલા હોય છે. આવા ઝીણા ઝીણા સપાટ પાસા કે બાજુઓની સંખ્યા જુદી જુદી જાતનાં પ્રાણી-ઓની આંખમાં આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેટલી મોટી હોય છે. દાખલા તરીકે, એક નર કીડીની દરેક આંખના ડોળા પર ૧૨૦૦ સપાટ બાજુઓ કે ચક્કમ પાસા પાડેલા હોય છે, અને તેવીજ રીતે એક જાતની મોટી મધમાખી (Dragon-fly) ની પ્રત્યેક આંખમાં ૧૭,૦૦૦ (સત્તર હજાર) પાસા કે પહેલ પાડેલા હોય છે, એવી મજબૂતી કરવામાં આવેલી છે.

પૃ. પ્રશ્ન:—શું માખીઓ અવાજ સાંભળી શકે છે?

ઉત્તર:—વિવિધ પ્રકારનાં જંતુઓ અને પ્રાણીઓની ઝાંતેરિયો વિષે આપણે જેમ જેમ વધારે અભ્યાસ કરતા જઈએ છીએ તેમ તેમ આપણને એમ લાગતું જાય છે કે,

સાંભળવાની શક્તિ કે શ્રવણે દ્રિય ઉચ્ચ પદ ધરાવે છે, અને છતાંમા નીચ કોટિની યોનિઓમાં જન્મ લેતો લેતો જ્યારે ઘણો ઉપર આવે છે ત્યાર પછીજ શ્રવણે દ્રિય એટલે સાંભળવાની શક્તિ તેને પ્રાપ્ત થાય છે. આ કારણથી જોવા, સુંઘવા, કે સ્પર્શ વગેરે જાણવાની જે પ્રાણીઓની શક્તિ આપણને આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેવી તીવ્ર કે સૂક્ષ્મ હોય છે, તેવી પ્રાણીઓ લગભગ કે સંપૂર્ણ રીતે બહેરાં હોય છે. કેટલાંક ગંભીર ગાંઠવાં જંતુઓ સાંભળવાની શક્તિ ધરાવે છે, પરંતુ માખી સુકાં ધણીખરાં જંતુઓ મુદ્દમ સાંભળી શકતાં નથી. મનુષ્યની કક્ષ્મતામાં આવી શકે એવી જાતના તરેહવાર અવાજ કે સુર આવાં જંતુઓ પર અજમાવી જોવામાં આભ્યા છે. પરંતુ શુદ્ધ અપવાદ સિવાય ખાકીનાં ઘણીખરાં જંતુઓ ઉપર તેની કંઈજ અસર થતી જોવામાં આવી નથી. લૉર્ડ આવેબરી (Lord Avebury) નું એકું માનકું હતું કે મનુષ્યના કાનથી ન સાંભળી શક્ય તેવા અત્યંત ચટતા સમકના નાદ, સુર, રાખડ, કે અવાજ આવાં પ્રાણીઓ દશ્ય સાંભળી શકતાં હશે, પરંતુ ઘણાક પ્રયોગો કરવા છતાં આ વિદ્વાન પોતાની માન્યતાને કોઈ પણ સમગ્ર પુરાવાથી સિદ્ધ કરી શક્યા નહિ. દાખલા તરીકે, યુષ્કોમાથી મધ ચૂસવામાં રોકાયેલી માખીઓના સમુદયથી માવ એકજ તસુના અંતરે રિવરૂઆ નામના વાઘમાંથી મોટામાં મોટો અવાજ કાઢવા છતાં તેની કંઈજ અસર માખીઓ પર થયેલી જણાઈ નહિ. માખીઓ અને બીજાં જંતુઓની રાતેરિયો એટલી તો અદ્ભુત હોય છે, અને કેટલીક જાતોમાં તો આપણી-મનુષ્યોની ઘેરિયો કરતાં એ મંદીયાતી હોય છે, કે તેમ છતાં પણ લગભગ બધાં જંતુઓ (જેમાં મધ માખીઓ, કાકીઓ, બમ્બેરા, ઇલાદિ મંદીયાતી છવ-જંતુઓનો પણ સમાવેશ થઈ જાય છે તેઓ સુકાં) કેવળ અને સંપૂર્ણ રીતે બધિર-બહેરાં અથવા સાંભળવાની શક્તિ-શ્રવણે દ્રિય વિનાનાં હોય છે, એ વાત અત્યંત ધ્યાન ખેંચનારી થઈ પડે છે.

**પડ. પ્રશ્ન:**—એક સાપના મુખમાં રહેલું એર તેને પોતાનેજ કેમ મારી નાંખતું નથી, અર્થાત, તે પોતાના શરીર પરજ બચકું ભરે અગર બીજા કોઈ સાપને કંપ્ય મારે ત્યારે તેથી પ્રાણહાનિ કેમ થતી નથી ?

**ઉત્તર:**—તમારો પ્રશ્ન પરોઝ વિચારવા લાયક છે, અને તે દ્રક્ષ્ય સ્પષ્ટજ નહિ પણ ધણીક જાતનાં હેરી પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિઓને વિશે પણ લાગુ પાડી શકાય તેવો છે. કારણ કે મોટા બમ્બેરા, મધમાખીઓ, બમ્બેરીઓ, વીંછી, જેવાં પ્રાણીઓ અને અસંખ્ય હેરી વનસ્પતિઓ રવસરક્ષણ માટે અગર અન્યને નુકસાન કરવા ખાતર તરેહવાર જાતનાં હુલા-હલ વિષ તૈયાર કરે છે. પરંતુ તે દરેકની અંદર એક અતિ કુશલ ચેતનનરત્વ કામ કરી રહ્યું હોય છે, જેના હોથમાં તે તે પ્રાણી કે વનસ્પતિનું રક્ષણ કરવાનું પ્રાધાન્ય દર્શાય સોંપાયલું હોય છે, અને તેજ શક્તિની સદાય વડે આવાં વિષ પેદા થતાં હોવાથી, પૂર્વેથીજ તે એવી યોજના કરી રાખે છે કે દરેક એકને ઉત્પન્ન કરનાર પોતે તેના વડે મરણ પામે નહિ. જો આવી ગોઠવણ ન હોય તો કોઈ પણ હેરી જંતુ, પ્રાણી, કે વનસ્પતિ જગત પર છાંપી શકેજ નહિ. આ રથજે “છાણને કીશ એરમાં મરે,” એ શુનરાતી કહેવત, અને “ચકી રા નય, દિગર રા નીચ,” એ શ્રાસી કહેવત અને, One man's meat is another man's poison એ ઉમેરૂ ઉક્તિનું આજણને સચોટ દર્શાવ પ્રાપ્ત થાય છે. અને દીર્ઘ વિચાર તથા અભ્યાસને પરિણામે આખરે એવાજ નિર્ણય ઉપર આપણાથી અવાધ છે કે

જેમ જાત જાતનાં પ્રાણીઓનાં ખાનપાન, ખાસિયતો, શરીરનાં સ્વરૂપ વગેરેમાં દેખીતા તફાવતો હોય છે, તેવીજ રીતે તેમનાં શરીરોની અંદર ચાલતી જીવનરસાયન ક્રિયાઓ (The Chemistry of Life) માં પણ તેટલોજ કે અધિકતર તફાવત હોય છે. આ કારણને લીધે સાષત્તું જેર પોતાને અને પોતાની આખી જાતિ (સાપના નામથી ઓળખાતાં જર્મ પ્રાણીને) જીવજંતુઓ એટલે વિનાશ કારક થઇ પડતું નથી. આજ નિયમ બીજાં જેરી જંતુઓ, પ્રાણીઓ, અને વનસ્પતિને લાગુ પડે છે. જેમકે, હોમ એ પોતે એક ઝાડનો રસ છે, અને તેને પેદા કરનાર ઝાડને હોમ જરાએ નુકસાન કરતી નથી, છતાં એમ કહેવાય છે કે તેજ હોમને એક મોટા પ્રયંક આંખાના મૂખ્ય મૂળમાં દાખલ કરવામાં આવે તો તે વિશાળ આમ-વૃક્ષ અથ્થ સમયમાં મુકાઇ જઇને નાશ પામે છે, અર્થાત હોમનું તેને જેર ચડી જાય છે.

૫૭. પ્રશ્ન:—એક “ફોનોગ્રાફ” અથવા સ્વરપ્રતિબિંબકાલ્પન પર જીગણું ચઢાવવાથી અવાજ મોટો શાથી નીકળે છે ?

ઉત્તર:—“માઇક્રોફોન” Microphone નામનું વિજ્ઞાનીયી ચાલતું એક કીમતી યંત્ર આવે છે તેનાજ વડે અવાજ ખરેખર જેટલો હોય તેના કરતાં ઘણું મોટો થઈ શકે છે. બાકી જીગણા જેના સાધન વડે તો એટલુંજ થઇ શકે કે અવાજને એકત્ર કરીને જે તરફ મોકલવો હોય તે તરફ મોકલી શકાય. જ્યારે કોઇ રથાનમાંથી સખ્ત અથવા સ્વર ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે કુદરતનો એવો નિયમ છે કે તેનાં મોજાં કે આંદોલનો સર્વ દિશા-ઓમાં સરખા વેગ અને બળથી પ્રસરવા લાગે. હવે ફોનોગ્રાફ ઉપર, અગર આપણે ખોલતા કે ગાતા હોઇએ તો આપણા મુખ આગળ, જીગણું મુકવાથી સ્વર કે અવાજનાં આંદોલનો સર્વ દિશાઓમાં વિખરાઈ જતાં અટકીને એકજ દિશા તરફ ફેંકાય છે, અને તેથી તે તરફ બેઠેલાં માણસોને અવાજ મોટો થયેલો લાગે છે, પરંતુ વધારે તપાસ કરતાં જણાશે કે તેટલાજ બળપ્રમાણમાં તે અવાજ બીજી દિશાઓમાં ઓછો થયેલો હોય છે. એક ગંગાવર સમીપ સમક્ષ બાપણુ કરતી વખતે વ્યાખ્યાનકર્તાની છેકજ નજીકમાં પાછળ અગર બાજુએ નક્કર દિવાલો હોય તો તે પણ અવાજને ઉપર કલા પ્રમાણે ઓતાજનો તરફ ફેંકવાના કાર્યમાં અસાધારણ સહાયતા આપે છે. પરંતુ જો આવી દિવાલો એટલે ભોંતો ઘણે દૂર આવેલી હોય તો તેમના તરફથી આવનાર પ્રતિધ્વનિ મૂળ સમુદ્ર સંભળાયા પછી કેટલીક વારે આપણા કાનને પહોંચી શકે છે, અને તેથી મૂળ અવાજ વધેલા કે મોટો લાગવાને બદલે બે જુદા જુદા અવાજ એક પછી એક આપણા સાંભળવામાં આવે છે. આવા પ્રતિધ્વનિને સાધારણ રીતે પડીયા કહેવામાં આવે છે.

૫૮. પ્રશ્ન:—એક બહુજ વેગથી ફરતા ચક્રના આરા (Spokes) આપણને કેમ દેખાતા નથી ?

ઉત્તર:—આરા મુક્લ દેખાતો નથી એ વાત ખરી નથી. કારણ ચક્ર અતિ વેગથી ફરતું હોય ત્યારે જો કે પ્રત્યેક આરા જુદો જુદો દેખી શકાતો નથી, તો પણ ચક્રના જોળા જર્ણગતી અંદર વાદળ જેવું કંઈ ઝાણું ઝાણું તો જરૂર જણાય છેજ અને તે અન્ય કંઈજ નહિ પણ ગતિમાન બનેલા આરા કે દંડોઓની એકત્ર અસરજ છે. વળી સાધારણ અને સ્વાભાવિક રીતે આપણને એમ લાગે છે કે તેરી ઘણી ઝડપે જોળા ફરતા આરા જુદા જુદા તો ઠી જોઈ શકાયજ નહિ; તો પણ તેરી સામના એ તદ્દન ખરી નથી. કારણ કે એક ફાળ અધારા ચોરડામાં ઉપર કહેલા ચક્રને ગમે તેટલી વધારે ઝડપે ફરવમાં આવે અને

તેવામાં માત્ર એક ક્ષણભર ( ખરી રીતે તો એક સેકન્ડના ધણુજ અદ્ય ભાગ જેટલા સમય સુધીજ ) વિજળીના પ્રસારનો અનુભવો તે ઓરડામાં કરીને તે ફરતા ચક્ર તરફ દૃષ્ટિપાત- નજર કરવામાં આવે તો તે વખતે આપણું ચક્ર જાણે સ્થિર થઈ ગયું હોય એમ તેનો એકે એક આરો જુદો જુદો જોવામાં આવે છે. આવી અવગણ્ય સંજોગોને બાદ કરતાં સાધારણ રીતે દરેક આરો છુટો છુટો ( ચક્ર બધારે બહુ જોરથી ઘૂમતું હોય ત્યારે ) ન જણવાનું કારણ એ છે કે આપણી આંખોની અંદર છેક ઉજાણમાં રેટિનાની પ્લેટ જેવો એક પટ્ટો ( Retina=રેટિના ) છે જેના પર બહારના પદાર્થોનાં પડનાં ચિત્રો ફક્ત એકઠું સ્થિર રહ્યા પછીજ વિલાઈ-ભુંસાઈ જાય છે, અને ત્યાર પછીજ નવાં ચિત્રો લેવાને માટે આખ તૈયાર થઈ શકે છે. આટલો અતિ અદ્ય સમય મળતા પૂર્વજ જુદાં જુદાં ચિત્રો આંખના પટ્ટા પર જઈ પડવા લાગે તો તે જુદાં જુદાં જણવાને બદલે એક બીજામાં ભળી જાય છે. અને તેથી ફરતા ચક્રના જુદા જુદા આરા અથગ અલગ દેખાવાને બદલે તેમના ગોળ માગમાં સરે સ્થળે આજ બનીને પથરાઈ ગયા હોય તેવો ભાસ આપણને થાય છે. આ સંબંધી વધુ વિવેચન પૂર્વે પ્રશ્ન અગીયારમાંની અંદર થઈ ગયું છે, તેથી આ સ્થળે તેની પુનરુક્તિ કરતા નથી.

**પ્રશ્ન. પ્રશ્ન:—પૃથ્વીના ઉત્તરધ્રુવ અગર દક્ષિણ ધ્રુવ આગળજ ઉભેલાં મનુષ્ય ભ્રમરડાની માફક ચક્રર ચક્રર ગોળ ફરવા લાગતાં હશે કે નહિ ?**

**ઉત્તર:—**સૌથી પ્રથમ તો એ કહેવાતું કે ઉક્તિમાં છેલ્લી મુસાફરીઓ અને તોષણોગોની હકીકતો ઉપરથી આપણે ખાતરી પૂર્વક કહી શકીએ છીએ કે જાનને ધ્રુવો આગળની આશો- હવા અને સામાન્ય પરિસ્થિતિ એટલાં પ્રતિકૂળ છે કે કોઈ મનુષ્ય ત્યાં વસતાં નથી, અગર વધારે વખત ત્યાં રહી શકતાંજ નથી. પરંતુ અમ કહેવાથી તમારા સવાલનો સીધો જવાબ મળતો નથી. તમારા પ્રશ્નનો મૂળ ઉદ્દેશ તો એ છે કે ગમે તે રીતે એક માણસ પૃથ્વીના ઉત્તર અગર દક્ષિણ ધ્રુવ ઉપર જઈને ઉભો રહ્યા એમ આપણે કહી શકીએ તો પછી તે ત્યાં ચક્રર ચક્રર ગોળ, ભ્રમરડાની માફક, ફરવા લાગતો જોઈએ કે નહિ ? હવે, જાનને ધ્રુવમુખી પસાર થતી એક કક્ષીન સીધી ધરી (Axis) ની આમવાસ આપણી પૃથ્વીનો ગોળો હમશાં અવિચ્છાંતપણે, એક ભ્રમરડાની માફક, ગોળને ગોળ ફર્યાજ કરે છે, એવા વર્તમાન ખગોળ- શાસ્ત્રે પ્રતિપાદિત સિદ્ધાંત ઉપર તમારો પ્રશ્ન રચાયેલો છે. અને તેજ શાસ્ત્ર આપણને એમ પણ કહે છે કે, સૂર્ય અને બૃહસ્પતિ (ગુરુ) ત્યારે આપણી પૃથ્વી માફકજ ચક્રર ચક્રર ફરતા હોય છે ત્યારે તેમના જુદા જુદા ભાગ ફરવામાં પાછળ પડી જાય છે, તેમ પૃથ્વીની બાબતમાં જનનું નથી, પણ પૃથ્વી તો એક ગજબુત આખી વસ્તુ તરીકે ફરે છે, અને તેથી પૃથ્વીનો દરેક દરેક ભાગ બરાબર નિયમિત રીતે દર ચોવીસ કલાકમાં એક એક સંપૂર્ણ ફેરો (Revolution) ફરી રહે છે. હવે એક ફરતા ભ્રમરડાનો વિચાર કરતાં આપણને વધારેમાં એ જણાય છે કે, ( જો કે તેનો દરેક ભાગ બરાબર એક સરખા સમયમાંજ એક આંટો ફરી રહે છે છતાં ), ભરડાના મૌઠી વધારે ઉપસી આવેલા બાજુપરના ભાગ ( ભૂમધ્ય રેખા-કે સમશિતોષ્ણકટિનિય અર્થર્થન મધ્યરેખા-Equator-‘ઇક્વેટર’ એવા શબ્દો પૃથ્વીના આવાજ ભાગને માટે વાપરવામાં આવે છે ) ને સૌથી વધારે ઝડપે ગતિ કરવી પડે છે અને જેમ જેમ આપણે ભ્રમરડાની આરી કે ધરી, જે મધ્યમાં આવેલી છે, તેની નજીક જતા જઈએ છીએ તેમ તેમ તે ગતિ ઓછી થતી જાય છે. આજ નિયમે પૃથ્વીના વિષે કહીએ તો ભૂમધ્યરેખા-પર ઉભો મનુષ્ય દર કલાકે આશરે ૭૦૬ દળર મૈમની ઝડપે પૃથ્વીની સાથે

ફરતો હોય છે, ત્યારે પૃથ્વીના ધ્રુવ આગળના પૃથ્વીની ધરીના છેડા ઉપરજ ઉભેલા મનુષ્ય બહુ ધીમે ધીમે માત્ર ગોળ ફરતો હોય છે. આ રીતે દર ચોવીસ કલાકમાં ભૂમધ્યરેખા ઉપર ઉભેલા મનુષ્યે ૨૫,૦૦૦ (પચીસ હજાર) મેલની મુસાફરી કરી હોય છે, ત્યારે ધ્રુવ આગળનો મનુષ્ય આથોપાછો જવાને બદલે શક્ત હોય ત્યાં ત્યાંજ પૃથ્વી સાથે એક વખત ગોળ ફરી જાય છે (Turns completely round his own axis once in every twenty-four hours). આ રીતે ધ્રુવ આગળનો મનુષ્ય એક ભગરડાની માફક ગોળ ચક્કર હમેશા ફરતોજ હોય છે એ વાત ખરી હોવા છતાં તેવી ગતિ અત્યંત ધીમી, ચોવીસ કલાકમાં માત્ર એકજ આંટા, હોવાથી તે ધ્યાન ખેંચી શકતી નથી. આ રથજે એ કહેવાની તો જરૂર નથી કે ધ્રુવ આગળનો, અગર તો ભૂમધ્ય રેખા આગળનો, અગર પૃથ્વીની સપાટી પર ગમે ત્યાં ઉભેલો, મનુષ્ય ઉપર કશું તેવી રીતે પૃથ્વીના ફરવાની સાથે પોતે પણ ફરે તેથી તેની આસપાસની પૃથ્વી પરની અગર આબોહવાની પરિસ્થિતિમાં જરાએ ફેરફાર થતો નથી. કારણ કે તે પૃથ્વી પરથી ઉચકાકાને કાંઈ ગતિ કરતો નથી તેમજ તેની આસપાસનું વાતાવરણ પણ કાંઈ તે વખતે સ્થિર રહેતું નથી. પરંતુ પૃથ્વીની સાથે તે પર ઉભેલા મનુષ્ય જેવી રીતે ગોળ ભમે છે તેવી રીતે આપું વાતાવરણ પણ સાથેજ ભમે છે. તેથી તેની ગતિ આપણને જણાતી નથી, છતાં આકાશના અન્ય શ્રેણી તરફની આપણી પરિસ્થિતિમાં ફેરફાર થઈ દિવસની રાત્રિ અને રાત્રિનો દિવસ થાય છે.

## રસમય-ચુંટણી.

### પાણીમાં સુરંગ. (Torpedoes).

પાણીમાં સુરંગ બહુ નુકસાનકારક અને ભયંકર છે અને તે ધણીસાર નિર્દોષ બહાણીને પણ બહુ હરકતકર્તા નિર્વરે છે તેથી દરેક માણસની સામાન્ય રીતે એવી ધ્રુજા હોય છે કે એનો ઉપયોગ બંધ થાય તો સાઈ. પણ એનો ઉપયોગ કંઈ નવો નથી. સોળમી સદીની આખરે ક્ય અને રૅપ્નીયર્ડ લોકોની ઍન્ટરર્પ આગળ જે લડાઈ થઈ હતી તે લડાઈમાં ક્ય લોકોએ આ સુરંગનો ઉપયોગ કર્યો હતો. વળી ઇ. સ. ૧૬૨૮માં રૅન્સેલના ઘેરા વખતે ગ્રેટબ્રીટને પણ એનો ઉપયોગ કર્યો હતો પણ તે ફલદ્રૂપ થયો નહોતો. અમેરિકન લડાઈમાં પણ ગ્રેટબ્રીટનનું નુકસાન કરવા સાઈ અમેરિકન લોકોએ પુરાનેલ નામના એક સંશોધકની સહાયતાથી ઢેકેકેણે આવા સુરંગોની 'વાવણી' કરી હતી છતાં તે પણ ફળદ્રૂપ થઈ નહોતી. કિમિયન યુદ્ધમાં રશીયાએ પણ ગલિલે નામનું બ્રિટિશ બહાણ સુરંગથી ફૂંકાંકવાનો પ્રયત્ન કર્યો હતો અને તે પણ નિષ્ફલ જેવોજ નીવડ્યો હતો. અર્કિસુધી તો સુરંગનો ઉપયોગ ક્વરિલ્ ક્વચિત્ કરવામાં આવતો. પણ ત્યાર પછી આ અગ્રેનો પ્રસાર વિશેષ ફેલાવો પામવા માંડ્યો. એ ફેલાવાનો પ્રથમ પ્રસંગ અમેરિકન સિંચ વોરના વખતનો હતો. અને જો કે પચાસ વર્ષ પૂર્વે વીજળીના તારથી જોડેલા સુરંગો નાંખાનો ઉપક્રમ ગ્રેટબ્રીટને સ્વીકાર્યો હતો, પણ સુરંગોના ઉપયોગની ખરી જુવાની તો રસો જાપાનિસ યુદ્ધના વખતથીજ શરૂ થઈ એમ કહેવામાં કરી હરકત નથી. તા. ૭ મી ફેબ્રુઆરી ૧૯૦૪ ને દિને રશીયન લોકો પર અત્યાનંદ શત્રુનો છાપો પડ્યો ત્યારે તેમણે દેલીનવાન અખાતમાં સુરંગ નાંખી મેલ્યા હતા. બોયાકિન નામનું એક હલકું હજાર તે વખતે તપાસ માટે મોકલવામાં આવ્યું હતું.

જે આ સુરંગને લાગી કૂટી ગયું હતું. આ પ્રકારે “પ્રથમ ગ્રાસે મશિકાપાત” જે કે થયો હતો રશીયનોએ ધીરજ ન હોડતાં સમુદ્રમાં જુદે જુદે ઠેકાણે ૮૦૦ સુરંગ નાંખી રાખ્યા બાદ જેનું મહિના પછી, જોલે કે ઇ. સ. ૧૯૦૪ના એપ્રિલમાં નાંખાને પણ એજ અંત સ્વીકાર્યું અને “પેટ્રોપોલોવાસ્ક” નામનું લઘુક ઝાલુ તે પરના ઔદ્યોગિક અને સાતસો માણસો સાથે ઊઘાડી દઈ રશીયન આરમરને ભયંકર બચમાં નાંખી દીધું હતું. એટલુંજ નહિ પણ ૭૫ સુરંગો નાંખી જપાને “લેડિવોસ્લોક”નો માર્ગ બંધ કરી રાખ્યો હતો. એજ વખતે તે માસમાં રશીયાએ ટાનગાં લાવતી પાસે સુરંગ નાંખ્યા હતા, જેથી જાપાનનાં જે કુચર અને જે ટોપોડો નાશ પામી હતી. માતલજ કે પાણીમાંના સુરંગ પોતાનું કામ ઝડપટ અને વિચિત્ર રીતે કરતા હોવાથી આરમારી અંતોમાં તેને જે અગ્રસ્થાન આપવામાં આવ્યું છે તે કામભજ રહેશે !

લોર્ડ રૉબર્ટ્સનો સુદ્ધ સંબંધી એક લેખ—લોર્ડ રૉબર્ટ્સ એક લેખ યુદ્ધ વિશે “હિબર્ટ જર્નલ”ના એક અંકમાં લખ્યો હતો જેમાં યુદ્ધ સંબંધી પૂર્વ પરિસ્થિતિનો સર્વોત્કૃષ્ટ ચિતાર આપી આખરે પોતાના બંધુઓને ઉપદેશનું હતું કે : “જર્મનો પર પુરુષ ગદા આસેપો કરવામાં આવે છે, જેવા કે દક્ષિણ આફ્રીકાના યુદ્ધ વખતે બ્રીટીશ થર સૈનિકો પર કરવામાં આવતા હતા. જર્મન દોષે પરના આરોપ ખરા હોય કે ખોટા હોય, પણ આપણે આપણું વર્તન યુદ્ધ રાખવું જોઈએ. જર્મની જોડે આપણે યુદ્ધમાં એવી રીતે વર્તવું જોઈએ કે જેથી આપણે તેમનો પ્રેમ અને આદર જુદિ મેળવી શકીએ !

“સીક્રેટસ” સાચવવાનું પરિણામ કેલું આવવું જોઈએ ?—નાના દુહાવૃત્તિ, જેવા સમુદાઈકરણનો જાણવામાં કુશલ જર્મન ફેસરને ગમે તેવી ખાનગીમાં ખાનગી વાતોની પણ ખબર હોય છે. ઇ. સ. ૧૯૦૮માં ગ્રેટબ્રિટન અને ફ્રાન્સની વચ્ચે ફેસ્ટીવલું કરારનામું થવાની વાતચિત ચાલતી હતી, જે ફેસરને બ્યારે ઇત્યજૂત ખબર હતું ત્યારે ફ્રાન્સમાં તો માત્ર મથર દલકાસે અને ગ્રેસીડટ લોખે-એ બે સિવાય બીજા કોઈને તેની ગથ પણ નહોતી ? ફેસરે એ ખાબત પણ ધટલીના એબેસેકરને કહી દીધી જે પરથી એબેસેકરે ફ્રાન્સના પ્રાધમ મીનીસ્ટરને તાર ક્યો, જેણે તુરત તુરત ફેબીનેટ બરી મથર દલકાસે પાસે એ વાતનો ખુવાસો માખ્યો, જે તેણે તુરતજ આખ્યો. છતાં પરિણામ એ આવ્યું કે આટલી આગત્યની વાત પોતાના બ્યવસાય બધુઓથી છુપાવવા સાર પ્રાધમ મીનીસ્ટરે તેની ખૂબ ઝાટકણી કાઢી અને તેની પાસે રાજનામું અપાવ્યું !

અધ્યાનીસ્થાનમાં પ્રથમ વર્તમાન પત્ર !—અધ્યાનીસ્થાનમાં સૌથી પ્રથમ છાપ-ખાતું તથા એક વર્તમાનપત્ર નીકળ્યું છે, જે બેડ યુવરાજની માલેકાનાં છે, અને તેમાં દરેક કામ પણ યુવરાજની દેખરેખ નીચે થાય છે !

જર્મનોની વિલક્ષણ ઇશારતો :—ખેડૂતનો વેશ લઈ યુવરાજનું કામ કરનાર જર્મનો બહુજ વિચિત્ર ઇશારતો કરતા, એમ તેમણે જાતો પર, ગારણાં પર, અને કોરા પર કાઢેલાં ગાપતાં ચિત્રો પરથી જાણાય છે. કેટલાક દિવસ સુધી આતું રહ્યું જણાયું નહોતું : પણ આખરે તે બહાર આવ્યું. જે બાબતનું ગાયત્રું મોહું હોય તે બાબત જવામાં બપ છે એમ તે ચિત્રો સસવતાં એટલુંજ નહિ, પણ ગાયત્રી નાની મોટી આકૃતિથી સંયુક્ત સૈન્યના મુકામ વગેરે વિષેની પણ પૂરતી માહિતી તેમને મળતી !

હિંદુસ્તાનના પોસ્ટખાતાની એકદમ વધી પડેલી આવક.—હિંદુસ્તાનના પોસ્ટખાતાનો ચોખ્ખો નફો ઇ. સ. ૧૯૧૦-૧૧ માં ૪૫૦૦૦ પૌંડ હતો તે ૧૯૧૨-૧૩ માં એકદમ ૨૯૧૬૦૦ પૌંડ થઈ ગયો અને ૧૯૧૩-૧૪ માં તે ૪૭૦૦૦૦ પૌંડ આશરે થયો હતો ! પોસ્ટખાતું સરકારે કામદો કરવા કાઢેલું ન હોય પ્રજાની સગવડખાતર કાઢેલું છે તેથી તેનો ખર્ચ નીકળતાં યા તે ગરીબ માણસોના પગાર વધારવા ઘટે છે યા લોકોને માથેથી પોસ્ટજનો બોળે ઓછો કરવો ઘટે છે !

## માણવા યોગ્ય પાતો.

મનુષ્યનું સરેરાશ આયુષ્ય.—યુરોપ વગેરે સુધરેલા દેશોમાં માણસની સરેરાશ હાલની ૫૦ વર્ષની અંકાય છે. જર્મનીમાં આજથી પચાસ વર્ષ પૂર્વે માણસનું આયુષ્ય એકદંદરે ૩૫ વર્ષનું ગણાતું હતું, તે હાલમાં ૪૧ વર્ષ ઉપરનું ગણાય છે. પરંતુ આપણા હિંદુસ્તાનમાં તે માણસનું સરેરાશ આયુષ્ય માત્ર ૨૩-૨૪ વર્ષનું જ ગણાય છે, અને તેમ હોવાનું કાગળ આરોગ્યશાસ્ત્ર વિષેના આપણાં અધ્યાન અને બેદરકારીજ છે. મૃત્યુ પ્રમાણના આંકડા તપાસતા જણાય છે કે યુરોપ જેવા સુધરેલા દેશોમાં ૧૮-૧૪ નું પ્રમાણ ગણાય છે, જાપાનમાં ૨૧ નું, અને આપણા હિંદુસ્તાનમાં સેંકડે ૪૨ ટકા મરણ પ્રમાણ થાય છે.

દુનિયાની વસ્તી ફેરલી છે ? એક જર્મન અર્થશાસ્ત્રી એવા નિર્ણય પર આવેલો છે કે આખી દુનિયામાં બધા મળાને આશરે એક અબજ અને સીતેર કરોડ મનુષ્યોની વસ્તી છે, તેમાંથી ૫૨૧૭૦૦૦૯૮૦ પુરુષો અને ૫૧૬૩૦૦૦૦૦ સ્ત્રીઓ છે, અને આખી દુનિયામાં એક હજાર માણસે ૯૮૦ સ્ત્રીની સરેરાશ આવે છે.

બોલતું ધડીઆળા.—જર્મનીના પાટનગર બરલીનમાં એક મારકીટ ઉપર બોલતું ધડીયાળ ગોડવવામાં આવ્યું છે. સમયાંતરે ટકોરા વાગવાને બદલે તે ધડીયાળ પોતાની મેળે દર ૦૧ કલાકે માણસની માફક એક, બે, ત્રણ એમ ખુદથી રીતે બોલે છે.

હરાજ-લીલામ કે લગ્ન ?—આ દુનિયામાં અનેક દેશ છે, અને તેમાંથી કોઇ કોઇ દેશમાં તે ધણા મતોદંજક રિવાજો છે. જાપોનીઝિયન્સ નામે એક જાતના લોકો પોતાની પુત્રીઓનાં લગ્ન ગાંધર્વ વિધિએ સ્વગવરથી, અથવા હાલમાં આપણા દેશમાં ચાલે છે તે મુજબ નહિ કરતાં લીલામથી કરે છે ! અને તેમાં જે છોકરી સુન્દર હોય છે તેના વધારે પૈસા ઉપજે છે. આ પ્રકારની છોકરીઓની હરાજ કે લીલામ દર વર્સે અમુક કરાવેલે વખતે જ નિયમ પ્રમાણે થાય છે, અને તેથી બીજે કોઇ પણ વખતે વચમાં કોઇ પણ માણસથી પોતાની પુત્રીનો વિવાહ એ રીત વગર ખોટા કોઇ પણ ગીતે થઈ શકતો નથી.

ધાસના ડગલાં.—અમેરિકા દેશના ગરીબ લોકોને કપડાંની મોરી ધોવરામણી નહિ પરવડવાથી તેઓ કાગળનાં શર્ટ અથવા ખમીસ પહેરે છે. હવે પોર્ટુગાલના પાટનગર લીસ્બનમાં ધાસના ડગલાં પહેરવાનો રિવાજ નિકળ્યો છે. આ ડગલાં વજનહાર હોય છે પણ લોકો તે પચાંદ કરે છે. આ ડગલાં ધાસમાંથી બનાવવામાં આવે છે, અને તેના પર પડતા ઝાકળનાં મિંદુઓ આપો આપ નીચે ખરી પડે છે, તેથી તે લોકો આવા ડગલાં ખાસ કરીને પસંદ કરે છે.

# “નવજીવનાલય”

અને

## વિજળીનું દવાખાનું.

દવાઓ, દાકતરો, અને વૈદ્ય હાથીઓથી થાકેલા દરદીઓને માટે  
એક અમૂલ્ય આશીર્વાદ.

માલિક અને મેનેજર—ડૉક્ટર મહાદેવમસાદ, ઇ. એમ. ઈ., એન. ડી.,  
એમ. એન. એસ. એ. (ન્યુયૉર્ક.)

“નવજીવનાલય” એ એક અગત્યમંદિર છે. આખા હિંદુસ્તા-  
નમાં આવું ખાતું આ માત્ર આ એક જ છે. જ્યાં મહાન “નેચરોપથી”  
નામની નૈસર્ગિક ઉપચાર પદ્ધતિની સર્વ શાખાઓ જેવી કે, હલેક્ટ્રો થેરાપી,  
નાઇટ્રો થેરાપી, ટોક્રો થેરાપી, ક્રેટો થેરાપી, હાઇડ્રોઇલેક્ટ્રોપથી, ક્રોમો-  
પથી, વૉટરક્યુર, સર્ગસ્ત્રીવ થેરાપ્યુટીકમ, મેસ્મેગિઝમે, ક્યુરેટીવ જીમના-  
સ્ટીક્સજસ્ટ-કુન્ડે-સ્કોય-નીપ-લાહમૅન ઈસાદિ વિદ્વાન ડૉક્ટરો કે  
ઉપચારકોની પદ્ધતિઓ પ્રમાણે પ્રકાશ, પાણી અને યોગની ક્રિયાઓથી  
તથા અદ્ભુત મોમાં ય મોની મદદથી ગમે તેવાં જીવામાં જીવતાં અને નિક-  
ટમાં નિકટ દરદો મૂળમાંથી મટાડવામાં આવે છે! દરેક દરદીએ નિરાશ  
ચર્ચ બેસી રહેવા કરતાં છેત્રીવાર આ અકસીર ઉપાયોનો લાભ લેવા  
શુકલુ નહિ એવી ખાસ જાણમણ કરવામાં આવે છે.

ટેકાણું:—સરકારી તાર ઑફીસ સામે, લાલ દરવાજા-અમદાવાદ.

મળવાનો સમય:—સવારનાં ૭ થી ૧૧; સાંજના ૫ થી ૭.



यस्मिन् देशे हि यो जातः तज्जं तस्यौषधं हितम् ॥  
स्वदेशीना आग्रह्य ओ देशीनी भाटी सेवा छे.

गुणकारक, કિકાયત અને શાસ્ત્રોક્ત દવાઓ, પૂર્ણસત્વ અને  
શુદ્ધિ જળવાઈ રહે તેવા સંચાઓથી, ઉત્તમ, તાજ  
અને ખરી વનસ્પતિમાંથી તૈયાર કરનાર

## ઝંડુકામાર્ચ્યુટિકલ વર્કસ.

એલ્ફીન્સ્ટનરોડ, મુંબઈ.

અમારી દવાઓની ખાતરી વૈદ્યો અને ડાક્ટરોએ વાપરીને  
કરેલી છે તેમાંની કેટલીએક જોવી કે.—

વાસાલેહ, ખાંસોની ઉત્તમ દવા.

૦૧ રતલની કી. ૦-૧૦-૦,

ખૂદતમ્બુલાદિ કવાથ-ગ્રવાહી રક્ત શુદ્ધિ માટે અકસીર.

૦૧ રતલની કી. રૂ. ૧-૦-૦

તાવની ગોળી. મેલેરિયા અને બીજા ટાઢીયા તાવને તાત્કાલિક મટાડનાર

૩૨ ગોળીની કી. રૂ. ૧૦-૮-૦.

## આયુર્વેદ વિજ્ઞાન.

(વૈદાના વિવિધ વિષયો શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચિતું માસિક.)

આરોગ્ય સંબંધી તથા વૈદક સંબંધી સામાન્ય જ્ઞાન મેળ-  
વવાની આજુસ માગની ફરજ છે.

આજુ વૈદક જ્ઞાન મેળવવા માટે સારામાં સારું સાધન માસિક છે.

શુભગતના ઉત્તમ લેખકોના લેખોથી ભરેલુ આ માસિક દરેક શુદ્ધ્યને વાંચવા  
લાયક છે.

વાર્ષિક લંચાઈમ, માત્ર રૂ. ૧-૮-૦.

મુંબઈની મુખ્ય ડીપો:

જૂની મહાજન વાલી, કાલણદેવી રોડ. તારુ શીળાસુ-“ઝંડુ” મુંબઈ.

ટેલીફોન નં. ૨૨૦૮

કારખાનાનો ટે. નં. ૨૨૦૮.

પ્રાઈસલીસ્ટ માટે ઉપરને શીરનામે લખો:

રહ્યા, કોફી, તમાકુ વગેરેના ઘણા વ્યસનથી તથા કસરતનાં અભાવને  
 ૧, તથા અમિત આહારવિહારનો પરિણામે, સ્ત્રી પુરુષોના જઠરાગ્નિ મંદ  
 ૧ જઠને થતા ચુંક, ગુલ્મ કે ગોળા, અજીર્ણ, અરૂચિ, વાન્તિ, ઉલ્લસી, અતિસાર,  
 ઘણી, વિશુંચિકા કે કોલેરા, મુળછી, ફેફડ, સન્નિપાત, સ્વલ્પમાં વાત-પિત્ત  
 કફના લગભગ મુખ્ય મુખ્ય સર્વ રોગોમાં આ “વ્યાધિનાશન રસ” નામની  
 મારી બનાવેલી માત્રા બહુજ ગુણકારી નિવડે છે. કોલેરા કે ટાગળીયાનો  
 ફકર ગેગ ઢેટલાંક ગામોમાં ફાટી નિકળેલો ત્યારે આ દવાથી સેંકડો મનુષ્યોના  
 વળગ્યા હતા તે ઉપરથી તે ગામોના પ્રતિષ્ઠિત સાઠસિતે માણસોએ એકત્ર  
 ૧ પોતાની સહી સાખ સાથેનાં પ્રમાણપત્રો ઢેટલાંએ વર્ષા પૂર્વે અમને  
 પેલાં છે. અમારી “અપૂર્વ માસિની વસંત” જ્યો વધારે કિંમતના  
 રણસર ન ખરીદી શકે તેમને આ દવા બુજ ખર્ચમાં ઠીક લાભ આપનારી  
 વડે છે. માત્રા—ગેથી ત્રણ ગોળી જરૂર પ્રમાણે દર ૦૧ થી ૪ કલાકે  
 ૧ રોગોમાં આદાના રસ સાથે લેવી. આદાનો રસ ન મળે ત્યારે મધમાં  
 લે લેઈ રોકાય છે. જીર્ણ વ્યાધિ વાળાએ ગે થી ત્રણ ગોળી દિવસમાં ઉપર  
 ખેલા અનુપાનથી ગે વાર ખાવી. આ ગોળી સાથે દોઢ પણ જલતની પદ્ય  
 ૧ જવાની ખાસ દરજ પડતી નથી. કિંમત—તોલા એકના રૂ. ૨-૮-૦  
 ૧ ડી. બી. પી. પોસ્ટેજ બુદ્. મળવાતું ઠેકાણુ —

ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વઘીલ.

એફ. એ. વી. યુ.

“ધન્વેન્તરિ” માસિકના તંત્રી.

૫ વિસનગર (ઉ. ગુજરાત)

હરસ મસાના રોગને નાબુદ કરનાર પ્રસિદ્ધિ પામેલું દવાખાતું.

વાદ કાપ આગ અગન અને બીજી કાંઈ જોખમદારી તરહીક વગર હળવો  
 દરદીઓ સારા થયા એ અને આ ગેગ નાબુદ થવાના ઘણા માખવા મોલુદ  
 છે. બદાર ગામ પણ જવામાં આવે છે: મિયાબ દરેક રોગના અમરકારક  
 ધનાજ ઘણી સબાળ પૂર્વક ખાત્રીવી કરવામાં આવે છે.

વેધ ડી. એલ. અધ્યારૂ.

ડે. સાંકડીશેત્રી ૧૭૦૫—અમદાવાદ.

# ઘણીજ ગુણકારી દેશી માત્રા.

“ અપૂર્વ માલિની વસંત. ”

વર્તમાનકાળમાં ધાતુક્ષીણતા, શરીરની અશક્તિ, અને મગજની નબળાઈ પુરૂષોમાં ઘણીજ કેસાયલી છે. આ સર્વેને બહુજ સારી અને નિર્દોષ રીતે મટાડવા માટે, તથા અરુચિ, અપચો, મંદાગ્નિ, પાંડુ, અદેગની ક્ષીકાશ વગેરે સત્તર દર કરી, શરીરમાં લોહીનો વધારો, વીર્યવૃદ્ધિ, મુખપર લાલી અને તેજસ્વીતા, મગજની પુષ્ટિ અને બદનની તાકાત પ્રાપ્ત કરવા માટે આ અપૂર્વ માલિની વસંત અદ્વિતીય છે. ઉચ્ચામાં ઉચ્ચી કરતુરી, અંબ, શુદ્ધ સહસ્રપુટી અશ્રમ, મુવર્ણ, રૂપુ ઇત્યાદિ અતિ મોંઘી ચીજો મોટા પ્રમાણમાં મેળવીને યથા ગાસ આ અમૂલ્ય માત્રા બનાવવામાં આવેલી છે વૈદ્યકના લાંબા અતુલ્ય ઉપરથી “ધન્યન્તરિ” ના તત્ત્વો આ માત્રા બનાવેલી છે. અને ગત પચીશ વર્ષથી હજારો દરદીઓપર અજમાવી અજબ ફાયદો અનુભવેલો છે અને મધ્યાખ્યે સર્ટિફિકેટો મેળવેલાં છે. આ વસંત ઋતુની મોસમમાં પોતાના તન મનને તં બનાવવા ઇચ્છનારાઓએ અન્ય વસાણાને બદલે અગર તેની સાથે આ માત્રાનો જરૂર ઉપયોગ કરી જોવો એવી અમારી ખાસ ભલામણ છે. કીમત સોનાના વરક ચક્રાવેલી ગોળીઓ તોલા એકના રૂપીઆ બાર અને ચાંદીના વરક ચક્રાવેલીના ૩. દશ. વી. પી. અને ટપાલ ખર્ચ જુદું. બીજા દેશી વૈદ્યોને ત્યાંથી વીર્ય પચીશ રૂપીએ તોલાના ભાવથી મળતી વસંત માલતીની ગોળીઓ કુતાં પણ આ માત્રા ઘણીજ ચઢીઆતી છે એમ અનુભવથી ખાતરી થયા વિના રહેતી નથી. માત્રા એકથી બે ગોળી. સાધારણ અનુપાત્ર ઇલાયચી સાકાર નાંખેલું આશરે એરધે શેર દૂધ ગોળી ચાવી જઈ ઉપર પીવું. નાગરવેલના પાનના બીડામાં લેવી હોય તો એક એક ગોળી ૮૫૦વી, જથી લાંબા વખત સુધી મુખ સુવાસિત બને છે. કરી દોઢ પણ બતની પાળવાની નથી. પોતાના શરીરની હથીકત લખી મોકલનારને ખાસ અનુપાત્ર અને બીજી સલાહ મફત લખી મોકલવામાં આવશે.

મળવાનું ઠેકાણું:—

ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વઘીલ.

અધિપતિ “ ધન્યન્તરિ. ”

સુ. વિસનગર (ઉત્તર ગુજરાત.)

March, April & May, 1918. શ્રી  
Vol. XI, No. 3, 4, 5

Reg. No. B. 173.

ધાન્વન્તરિ.

# DHANVANTARI.

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

વૈદક, વિજ્ઞાન, વિનોદ અને "નેચરોપથી" વિષેનું માસિક પત્ર.

[સ્તક ૧૧ મું.] માર્ચ, એપ્રિલ, મે ૧૯૧૮. [અંક ૩, ૪, ૫.]

પ્રકાશક. — ડૉક્ટર મંજુલાલ, એમ. સી. બી. એમ, એમ. સી. બી. સી (પરજ્ઞતા)

પ્રકાશક અને સંપાદક. — ભોગીલાલ ત્રિકેમલાલ વર્કીલ, એફ. એ. બી. યુ.

વિસનગર (ઉ. ગુજરાત.)

Published by — Bhogilal T. Vakil, F. A. V. U.

Visnagar (N. Gujarat, India)

(વિવેક સંવાદન ક ૨) દુરદુર સંજ્ઞાના. Annual Subscription Rs 2

He lifts his weary instant from the ground

Grant me with thee to rest

For do not let me be weary again

Let thou be content with me

For ever give that which is our heart

With thee I shall be at ease

produce pneumonia in mice or in men, unless the injection should be made into the lung tissue? If my explanation is correct, the injecting of pneumococci into that part of the intestine that is the home of the bacillus typhosus, would be followed by a local inflammation, if the subject were a chronic autotoxemic, septicemia would follow and the general disease would be that of typhoid fever, with characteristic *germs and all*. If the bacilli of typhoid were injected into the lung tissue of man and the culture were virulent, it would set up pneumonia accompanied with pneumococci; or if injected into the meninges of the brain, there would be meningitis with characteristic germs. If the type of the disease following these injections is to be pure—characteristic of the germ's habitat—there must be a background of chronic autotoxemia and the injection must be made into the proper tissue. If the constitutional derangement is absent—no chronic autotoxemia—then the injection must be sufficiently virulent to inhibit nutrition by shocking the central nervous system, and in this way evolve a general septicemia, or if the effect be not so profound it will end in a local septicemic inflammation, with the formation of an abscess, the pus showing the characteristic germs of such lesions, modified to be in keeping with the location and tissue formation.

## “ Pain. ”

( BY THE RT. REV. SAMUEL FALLOWS, D. D., L. L. D. )

Physical pain is benevolent for it is the needed warning of a wrong condition.

Pain compels often the repose the entire organism needs for recuperation.

Pain thus stands on guard against bodily injury. It promptly gives notice of transgression of physical law. It pleads forcibly for temperance, purity, and sympathy. It intensifies marital, parental and filial love.

All pain is profitless when we deliberately violate the laws of health\* or ruling social custom.

Spinoza justly observes that “Pleasure is an affection whereby the mind passes to a greater perfection. Pain is an affection whereby it passes to a lesser affection.

Is not every pleasure a victory and every pain a defeat? The pain when conquered becomes a blessing.

The souls who are struggling for the light always turn to those who have come from the farthest depths of the dark shadows.

The songs of triumph are always those which are keyed to the notes of the suffering.

Peace is the angel hovering over the fields from which the groans of anguish ascend.

Bodily pain makes the soul courageous.

Tears wrung from pain and anguish often clarify the vision.

Sympathy implies fellow feeling, hence sympathy with the suffering can be given fully only by one who himself has suffered.

"The oyster mends its broken shell with the pearl of pain."

Every enlargement of being either of faculty or capacity is achieved by pain, either physical or mental.

The change from the old to the new is always to the greater number a painful one. "Growing pains" mark the progress of the youth. To climb the difficult ascent mid rarified air means strenuous effort; none the less strenuous as the upward ascent in the intellectual and moral life. Pain besets us in almost every onward step.

Not by denying pain but by meeting it resolutely do we overcome it.

To affirm the non-existence of sickness, sorrow and death, does not deliver any one from their presence.

But they can be met and gloriously mastered by faith in the invisible but ever-present God.

## Honey.

(BY MRS. S. KNEELER.)

The former generation maintained that young people should by no means take much honey, it being too strong for them, on the contrary, old people were "helped on their legs again."

I have made manifold use of honey, and have always found its effects excellent. It operates in a dissolving, purifying and strengthening manner.

It has long been used as an admixture with water for catarrh and obstructions of phlegm.

Country people know well how to apply honey ointment for exterior sores or ulcers. I strongly advise those who are not skilful enough to

treat such sores with water, to make use of this simple, harmless and effective remedy rather than of any other smearing stuff. The preparation is most simple. Take equal portions of honey and white flour, and stir them well together by means of a little water. Proper honey ointment should be sold not liquid. Honey is also a good interior remedy for different lesser complaints. Smaller ulcers in the stomach are quickly contracted, broken and healed by it. I would not advise honey to be taken by itself, but I strongly recommended it taken mixed with a suitable tea. Without admixture this superior extract operates too strongly; before it has passed the throat it has made already quite "rough"

If on account of catarrh, or any other similar complaint, swallowing becomes difficult, let a teaspoonful of honey be boiled in a cup of water, by so doing, every singer will obtain the best and sweetest gargle.

Even if a drop happens to go down there is no need to be afraid of injuring the stomach, or of poisoning.

The purifying and strengthening honey-water for the eyes is well known. Boil a teaspoonful of honey in a cup of water for five minutes, and it is ready for dipping in the linen for the eyes.

I know an old gentleman above sixty years of age, who prepares his daily table-wine. He puts a tablespoonful of pure honey into boiling water and lets it boil for a while and the drink is ready. It is said to be wholesome, strengthening and relishing. "I owe my health and vigour in my old age," said he, "to this honey-wine." May be! This much I know from my own experience (I have prepared a great deal of honey-wine seen a great deal of it drunk, and sometimes drunk a glass of it myself) that it is dissolving, purifying, nourishing and strengthening; and it is good not only for the weak sex, but for the sterner sex too. It always reminds me of the honey-mead of the ancient Germans.

To these unadulterated beers, as Tacitus relates, they attributed their health and their great age. Whoever as a true son of our ancient fathers feels so inclined, can find the recipe worth a serious trial.

## નિદાનસિંધુ.

છોડ-નાગોદર અથવા શુષ્ક ગર્ભ.

(લેખક-તંત્રી.)

છોડ-નાગોદર-અથવા શુષ્ક ગર્ભ સંબંધિ થોડા વખતપર મારા ઉપર સુરતના રા. રા. તીલકચંદ તારાચંદ વૈદરાજ તરફથી કેટલાક પ્રશ્નો અને શંકાઓનો પત્ર આવેલો જેનો જવાબ મેં લખાણથી તેમને લખ્યો હતો. તે પછી ટુંકજ સુદતમાં છોડ સંબંધીનું એક ચર્ચા-પત્ર સુરતના રા. રા. ધીરજરામ દલપતરામ વૈદરાજ તરફથી મને મળ્યું હતું. પરંતુ છોડ સંબંધિના વિચારો આપણા આયુર્વેદ કરતાં પશ્ચિમના વિદ્વાનોના બિન હોવાથી આ ચર્ચામાં નકામી ચર્ચામાં પડ્યું એ મને ઠીક ન લાગ્યાથી મેં તેમને એ ચર્ચાપત્ર ધનવન્તરિમાં છાપવાની જરૂર નથી એવો જવાબ આપેલો પરંતુ તે પત્રથી અમારા મિત્રનું સમાધાન થયું નહિ અને ફરી મને નીચે પ્રમાણે તેમણે લખ્યું છે: “મારા ચર્ચાપત્ર સંબંધમાં આપે જે લખ્યું તે ઠીક છે પણ આપણો આયુર્વેદ એ જાણતમા શુ કહે છે, તે વિચારવાનું છે. ચરક, સુશ્રુત, અને વાગ્ભટ, એવા ગર્ભને નાગોદર, અથવા શુષ્ક ગર્ભ, તરીકે ઓળખે છે-અન્ય આર્યશાસ્ત્રોના પ્રયોગો પણ એ જાણતનું વર્ણન છે. છોડને મૃત ગર્ભ કહી શકાયજ નહિ. કારણ વર્ષ, બે વર્ષ, ત્રણ વર્ષ, અને તેથી પણ વધારે ઓછા વખતે તે છોડ પાક્ષીની છવતુ બાળક અવતરે છે, એવા ઘણા દાખલા મેળવેલા છે. મારો વિચાર મિથ્યા પિતૃકાવાદ કરવાનો નથી પણ ખરી વાતને અજવાળામાં લાવવાનો છે” વગેરે તેઓ પોતાના તા. ૧૩-૩-૧૮ ના પત્રમાં લખે છે. આ પ્રમાણે તેમનો આગ્રહ આ સંબંધી ચર્ચાપત્ર લખવાનો જણાયાથી આ સંબંધી પાશ્ચાત્ય ક્રાંતરી વિદ્યાના વિદ્વાનોના અને આપણા આર્યશાસ્ત્રોના વિચારોમાં શા ફરક છે તે જોવું જોઈએ-અને તેથી આ શંકા સંબંધિ વિસ્તારથી લખવામાં આવે તો વનિક વર્ગને સમજવાને ઠીક પડે. પહેલાં તો ખરો ગર્ભ છે કે નહિ તે માટે સગર્ભાવસ્થાનાં ચિન્હો મોટે સંપત્તિ કરવાની જરૂર છે.

સગર્ભાવસ્થાનાં ચિન્હ-જીનો સ્વભાવ ચંચળ અથવા રીસાળ થાય છે, મોઢું ઉતરેલું અને રીસાળ દેખાય છે, અંગ કુશ થાય છે, ગળામાં આવે છે, અજ ઉપરથી રૂચિ જતી રહે છે, અગર સારી સારી ચિજો ખાવાનું મન થાય છે, ઉબકા આવે છે, સવારમાં અગર આખો દિવસ ઉલટી થાય છે, દસ્ત સાફ ઉતરતો નથી, થોડો તાવ આવે છે, ચહેરા ઉપર કાંઈવાર બારીક ફોક્લીઓ જોવામા આવે છે, મોઢામાં થુક આવવા માંડે છે, દાંત અને મોઢું દુઃખે છે આમાંનું એકાદ ચિન્હ હોયતો તે કંઈ ઉપયોગી નથી, પણ ત્રણાં ચિન્હો હોય તો સગર્ભાવસ્થાનું અનુમાન જાંઘાય છે. પરંતુ આ ઉપરથી સગર્ભાવસ્થા ચોક્કસ થતી નથી.

સ્તન-(અ) મોઢો અને ટકણ થાય છે (બ) સ્તનનો અધઝાગ કાળો ને મોઢો થાય છે. આ બાગ ઉપર બારીક ચુસામી દાણાદાં જેવુંજો વિપરી આવે છે તે બાગ વધારે સ્તનગ્રંથ અને નરમ થાય છે. (૬) ઠીટડી વધારે કાળા અને પ્રકુલિત થાય છે, તેને દાળવાથી મંદેદ દુધ જેવો પદાર્થ નીકળે છે. આ સ્તનને લગતાં ચિન્હો ઓધાનને સચવે છે પણ તે ચિન્હ



પણ વારતવિક નિશ્ચયાત્મક ગણાતાં નથી. કોઇ સ્ત્રીને ગર્ભ હોવા છતાં સ્તનાદિક ચિન્હ જુગ્મ અથવા ખીલકુલ જોવામાં આવતાં નથી. ખીજી તરફથી સ્ત્રીઅંડને ગર્ભસ્થાનની વ્યાધિને ક્ષીણે ગર્ભનો સંબંધ ન હતા સ્તનાદિક ચિન્હ ઉપર પ્રભાસે જણાય છે. કેટલીકવાર જે સ્ત્રીને દુધ નહિ હોય તેવી સ્ત્રી ખીજના આગળને ધવસાવે તો તેને પણ દુધ છુટે છે. ગર્ભવંતી સ્ત્રીમાં આ સ્તનાદિક ચિન્હ ત્રીજા મહીનાથી જોવામાં આવે છે.

ગર્ભસ્થાન—(અ) ઋતુસ્ત્રાવનું બંધ થવું. (વ) પેટના આકાર અને કેટલાં ફેરફાર. (ક) ગર્ભવલન. (ઙ) ગર્ભસ્થાનની ઓવા અને અંદરના ભાગનો ફેરફાર. (ઃ) ગર્ભસ્થાનનું “વધવું”, (ફ) “આસોટમેન્ટ” (ગ) યોનિના સ્તંભપડના રંગનું બદલાવું. (ઘ) પેટ ઉપર છાતી જોવાની નળી મુકીને તપાસ કરવાથી છોકરાના હૃદયના અવાજનું મંભાળવું, વગેરે ચિન્હ ગર્ભસ્થાનના મંબંધમાં તપાસવાની જરૂર છે.

(અ) ઋતુસ્ત્રાવનું બંધ થવું—ગર્ભસ્થિતિ સૂચવનારૂં આ પ્રથમ ચિન્હ છે. સૌભાગ્યવંતી તંદુરસ્ત સ્ત્રીને શુભધ થાય ત્યારથી દલાણ રહ્યા એમ સાધારણ અનુમાન બંધાય છે અને તે ઘણે ભાગે ખરું પડે છે, તથાપિ તેને કેટલાક અપવાદ છે. એટલા માટે આ ચિન્હ નિશ્ચયાત્મક નથી. મગર્ભાવસ્થા સિવાય ખીજા કારણથી પણ કોઇવાર ઋતુસ્ત્રાવ બંધ થાય છે, અને ગર્ભ ધાગ્ય થયા પછી પણ કોઇવાર એક બે પાળી લગણુ આગર વધારે વખત મુધી તે આશુ રહે છે. કવચિત્ એકાદી સ્ત્રીને શુભાવ થતોજ નથી, પણ જ્યારે સગર્ભા થાય ત્યારેજ સ્ત્રાવ થાય છે. કોઇવાર સ્ત્રીને અગાઉ શુભાવ ન થયો હોય છતાં તે સગર્ભા થાય છે. કોઇવાર સ્ત્રી મગર્ભા હોવાથી તે બંધ થાય છે પણ પોતાનો હમેશા છુપાવવાને દરેક મહીને લુગડામાં ખીજા કશાકુ લોહી આગર રંગ લગાડીને પોતાનો શુભાવ નિષ્કાસર જાહેર છે એમ ખતાવે છે.

(વ) પેટના આકારમાં ફેરફાર—આ ફેરફાર ધીમે ધીમે થાય છે, અને ત્રીજા મહીને પેટનું બહાર નીકળતું જોવામાં આવે છે. જેમ જેમ ગર્ભ ઓછો થતો જાય છે તેમ તેમ પેટનો આકાર મોટો થતો જાય છે. ત્રણ મહીના પહેલાં ગર્ભ અસ્તીમાં રહે છે. તે વખતે પેટનો આકાર ચપટો દેખાય છે અને કુંડી ઉડી ઉતરી જાય છે.

(ક) ગર્ભવલન—(કનીકનીંગ) એટલે ગર્ભનું પ્રથમ ફરકવું. યોગ આવાડીયાથી મેગઠ આવાડીયાની અંદર પેટમાં ગર્ભ ચલનનો પ્રથમ ભાસ થાય છે. કવચીત આ પ્રભાસે બારમે આવાડીયે થતું જોવામાં આવે છે. આ ગર્ભસ્થાનને કેટલીક સ્ત્રીઓ બગાળી જોઈ શકતી નથી. આ ચલન અનુભવી સ્ત્રીઓ સમજી શકે છે, તો પણ સ્ત્રીઓ કેટલીક વખત પેટના વાલુને બલથી ગર્ભ ફરકવાની પેઠે સમજે છે. આ ચલન યોગ્ય નતનું ચલન ખીલકુલ હોતું નથી; પણ તાપ તથા સ્નાયુના એકાએક સંકુચિત થવાથી ચલન જેવો ભાસ થાય છે.

(ઙ) ગર્ભાશયના મુખ અને ઓવામાં ફેરફાર—ગર્ભ બધારણ થએલ ગર્ભાશયની ઓવાસ્થિતિ સ્થાપકે ગોળ અને નરમ થાય છે. કમળ મુખના કાંઠા જાડા, અસ્પષ્ટ, અને આખરે અદ્રશ્ય થઈ જાય છે, કમળ મુખનું છીદ્ર આડું હોવાને બદલે ગોળ દેખાય છે, અને તે છીદ્રમાં આંગળી નાખવાથી તે ઘણે વડે મુધી જાય છે. ગર્ભસ્થાનના આકારમાં જેમ ગર્ભ વધતો જાય છે તેમ ફેરફાર થતો જાય છે.

(ઈ) ગર્ભાશયની વૃદ્ધિ—પહેલા ત્રણ મહીનામાં ગર્ભનીની મહિ ગર્ભાશય હોય છે અને ગર્ભાશયનો તપાસ કરતા તે વધેલું માલમ પડતું નથી. તે કદ નીચે આવેલું જણાય છે. ચોથે મહીને ગર્ભાશય પુગીસયા ઉપર આવે છે. પાંચમે મહીને તેની વિશેષ મોટું થાય છે, અને યોની માર્ગ તેમજ બહારથી જળથી રાકાય છે, અને છેવટે નવમે મહીને કદેળા સુધી પહોંચે છે. ગર્ભાશય કોઈવાર પીત્ત કારણથી પણ મોટું થાય છે જેથી આ ચિન્હ ઉપરથી જી સગમાં છે એમ ચોક્કસ ખાતરી થતી નથી.

(ફ) બાલોટમેન્ટ—જીની સગમાંવરધાની પરીક્ષા કરવાંતું આ એક સાધન છે. આ સાધન ચાર મહીના પહેલાં અને સાત મહીના પછી ઉપયોગમાં આવતું નથી. બાલોટમેન્ટ પરીક્ષા કરવાની રીત એવી છે કે જીને હળી રાખી યોનીમાં તર્જની પ્રવેશ કરી ગર્ભાશય મુખ ઉપર રાખી ઉપર એક ટકર ચારની એટલે ગર્ભાશય મુખ ઉપરથી કાઢી બારે પદાર્થ ખસી જઈ જશવારે તે ફરી આવીને બેસે છે. આ નિતાની ખાતરીપૂર્વક લાગે એટલે ગર્ભાશયમાં એક છુટો નક્કર પદાર્થ છે એમ સમજવું અને ધણે બાગે તે ગર્ભ હોય છે.

(ગ) યોનીના સ્લેષ્મ પરના રંગમાં ફેરફાર—જી સગમાં થાય એટલે તેની યોનીના સ્લેષ્મ મહત્તો રંગ રતોદાગો પોર્ટવાદન જેવો બાહ્ય પડે છે.

(ઘ) અવલુનળોથી તપાસ—અવલુ નળી વડે તપાસ કરતા સુમારે પાંચ મહીનાની આખરે એ પ્રકારના ધ્વનિ સંભળાય છે. એક ઓરનો અને પીનો ગર્ભના રક્તાશયનો.

ઓરનો ધ્વનિ—મદ ગર્ભતા એટલે જાણે દુરથી દરીઓ નુરવતો હોય અથવા દુરથી ગાડી આવતી હોય તેવી ગીસાલે સંભળાય છે. આ ધ્વનિ પેદુની કાખી અથવા જનભણી બાજુએ સંભળાય છે. કેટલીકવાર તાણી પાસે અને કેટલીકવાર ગર્ભસ્થાનના ઉપરના ભાગમાં સંભળાય છે. આ ધ્વનિ ઓરની અંદર ગર્ભના પોપણને માટે રૂધિરના આવાગમનના લીધે ઉત્પન્ન થાય છે, માટે ગર્ભાશયના જે ભાગમાં ઓગ ચોટલી હોય તે સ્થળે આ ધ્વનિ સ્પષ્ટ સંભળાય છે. કેટલીક વખતે બીજકુલ સંભળાતો નથી. ક્યારેક ગર્ભાશયની કદેપણ બ્યાધિની માંક હોય તો તેને લીધે એમાં આવા ધ્વનિ થાય છે; અથવા શિરા ઉપર દબાવું થવાથી તેનો ધ્વનિ સંભળાય છે.

રક્તાશયનો ધ્વનિ—રક્તાશયનો ધ્વનિ પણ પાંચમા મહીના પછી સંભળાવા માંડે છે. પ્રથમ આ ધ્વનિ મદ હોય છે પછી જેમ જેમ દિવસે બરાતા જાય છે તેમ તેમ તે સ્પષ્ટ રીતે સંભળાય છે. તે નાની ધડીલાલના ટીટ્ટીકારાની માફક દર મિનિટે એકસો દસથી એકસો સાઠવાર સંભળાય છે. એ ધ્વનિ પેદુની કાખી અથવા જનભણી બાજુએ ધણું કરી ઓરના ધ્વનિની સામેની બાજુએ સંભળાય છે. વિગેષ કરીને તે પેદુની કાખી બાજુએ સંભળાય છે. અને કોઈવાર મધ્ય ભાગમાં સંભળાય છે તે મધ્યમાં સાંભળવામાં આવે તો ગર્ભની સ્વાભાવિક સ્થિતિ સરળ રહેતી નથી. જો જનને બાજુએ રક્તાશયનો ધ્વનિ સ્પષ્ટ પણે સંભળાતો હોય અને એકજ તાલમાં ન હોય તો એ જાણક નેડડું (બેડડુ) છે એમ સમજવું વખતે ગર્ભ બહુજ નજીક હોય અથવા ગર્ભની આસપાસ ઘણું પાણી હોય તો તેને લીધે આ ધ્વનિ સાંભળવામાં આવતો નથી. તેમજ છોટું મરી ગયોહુ હોય તેથી પણ સંભળાતો નથી.

જ્યારે ગર્ભાશયનો ધ્વનિ અપ્પપણે સાબળવામાં આવે ત્યારે ગર્ભસ્થાન વિશે ખીજો કંઈ સંશય રહેતો નથી. ગર્ભાધાનની વાસ્તવિક નિશાની માટે આ એકજ ખાત્રી લાયક નિશાની છે.

(જ) મૂત્રપરીક્ષા—ગર્ભવતી સ્ત્રીનો પેશાબ એક બે દિવસ રાખી મુકવાથી તેના ઉપર સફેદ ચક્ર ચક્રીત છારી ખાંડેલી બેવામાં આવે છે. પણ તે ઉપરથી સ્ત્રી સગર્ભા છે એમ નિશ્ચય થતો નથી; કારણ કે જે સ્ત્રીને પાંડુ રોગનો વિકાર હોય તેના પેશાબમાં તે સ્ત્રી સગર્ભા નથી હોતી તો પણ તેની છારી ખાંડેલી બેવામાં આવે છે.

ઓધાનનાં સર્વ ચિન્હોનો નવમે મહાને મેળ કરીએ તો નીચે પ્રમાણે હોય છે:—

દસ્તાન બંધ હોય છે; રતનાદિક ચિન્હ બહુ સ્પષ્ટ દેખાય છે; ઉલટી, અરેચિ, ચસ-કાદિ ચિન્હ ઘણું કરીને પાંચમા મહીનાથી બંધ રહે છે; ગર્ભસ્થાનને લીધે પેટ કઠણ અને અંડકાર લાગે છે; ગર્ભના રક્તાશયનો તથા ઓરનો ધ્વનિ સંભગાય છે; યોનીનો રંગ રાતો કાળો જણાય છે; કમળમુખ નરમ તથા પ્રકુલિત જણાય છે, અને તેની અંદર આંગળી નાંખીને તપાસ કર્યો હોય તો ગર્ભનું કઠણ મસ્તક આંગળીને લાગે છે.

ઓધાનના નિશ્ચય માટે મુખ્ય નિશાનીઓ—ગર્ભના રક્તાશયના ધ્વનિ, ગર્ભનું ફરકવું, ખાલાટમેન્ટ, રતનાદિક ચિન્હ જગેરે છે. તેમના ઉપર આધાર તેમના અનુક્રમ પ્રમાણે રાખી શકાય છે.

ગર્ભાશયમાંથી ગર્ભનું અપકવ સ્થિતિમાં પતન—કાંઈ પ્રદાર્ય બહાર આવે છે તેની પરીક્ષા ઉપરથી સ્ત્રી સગર્ભા હતી કે નહિ, તેનો કોઈવાર નિશ્ચય કરવો પડે છે. જે પ્રદાર્ય ગર્ભસ્થાનમાંથી નીકળે છે તે નીચે પ્રમાણે ચાર પ્રકારનો હોય છે.

૧ નુતન ગર્ભ—(ઓવમ) ૨ છોડ ૩ ભોલીયાબંધ છોડ (હાઇડ્રોસાઇ). ૪ ફાલ્સ મેમ્બ્રેન (ખોરા પડદા) વગેરે હોય છે.

૧ નુતનગર્ભ (ઓવમ)—બહાર આવેલા પ્રદાર્યમાં નુતનગર્ભ અથવા તેનાં પડ હોય તો સગર્ભાવસ્થાનો નિશ્ચય થાય છે. નુતનગર્ભ કેમ ઓળખવો તે આગળ કહેવામાં આવશે તે ઉપરથી પરીક્ષા કરવી. ગર્ભનાં પડ વિચિત્ર હોય છે. ડેશીડયુઆ (ગર્ભની ઉત્પત્તિની સાથે ગર્ભમાં નવો પડ થાય છે) નામનું પડ નરમ માંસના લોચા જેવું અને બહુજ રાતું હોય હોય છે. તેની અંદરનો ભાગ લીસો અને બહારનો ભાગ ખડખડો તથા છિદ્ર વાળો હોય છે. અંદરના ડેશીડયુઅલ પડનો બહારનો ભાગ લીસો હોય છે અને તેની અંદરના ભાગ ઉપર તંતુ હોય છે.

૨ છોડ—(બોલ પ્રેગનન્સી) ગર્ભ પડમાં અશકત ત્રાવ થઇને ગર્ભ મરણ પામે અને તે બહાર આવે છે, ત્યારે તે ભાગને છોડ (ઓળ) કહે છે. એમાં ગર્ભનો લોચો હોય છે. તે ઉપરથી તે ગોળો ગર્ભવત સ્થિતિ સૂચવે છે. કોઈવાર ગર્ભાશયમાં લોહી જામી તેનો રંગ શીકો થાય છે તેથી રંગ રહિત ગોળો બહાર આવે છે. તેને ગર્ભ જેવો આકાર હોતો નથી એટલે સક્ષમદંશક્યત્રવતી જાતાં એમાં ગર્ભની કાંઈ પણ રચના હોતી નથી. તે ઉપરથી તે ગોળો સગર્ભાવસ્થાથી નથી થયો એમ સમજવું. આ ગોળાને ખોડુ છોડ કહેવામાં આવે છે.

૩ મોતીચાખ છોડ—( હાઈડ્રીડિફર્મ મોલ ) આ મોતી જેવા સફેદ પરપોટા વત જથામળ યુગખાનો લેવા હોય છે. આવા મોતી બીજી જાતના ગર્ભમાં થાય છે, એમ કેટલાક ડાક્ટરોનો મત છે. એમાં મર્બનો આકાર હોતો નથી. મોતીઆમળ છોડ વધારે આધારણ છે. એ ઘણું જલદી મોટું થઈ જાય છે. દરેક મોતીઆલું કદ નાનું મોટું, રાખથી તે દ્રાક્ષ જેવું હોય છે. તેની આંદર પાણી જેવો રસ હોય છે. જો એ મોતીયાના યુગખાને બહાર પાણીમાં નાખ્યો હોય તો તે પરપોટાની માફક તરે છે. ગર્ભના “કેરીયન” નામના પડની અણેઅણ જલ્દિથી આ છોડ પેદા થાય છે.

૪ ખોટાં પડ—( ફોક્સમેન્ડ્રેન ) પીકિટાર્બના દરદમાં કોઈના ગર્ભાશયના પ્રેક્ષ્ય પડના કડકા બહાર પડે છે. એમાં ગર્ભનો કંઈ આકાર હોતો નથી. તે ઉપરથી તેનો ગર્ભાશય સાથે કશો સંબંધ નથી એમ સમજવું. ગર્ભાશયમાંથી બહાર આવેલા પદાર્થને માટે આ સામાન્ય નિયમ ધ્યાનમાં રાખેલ કે હાઈડ્રીડ સિવાય બીજા કોઈ તબાસતાં તેમાં ગર્ભ જેવો કંઈ આકાર ન હોય તો તે આપણ ગર્ભનું પરિણામ નથી એમ સમજવું.

સ્વર્ગસ્થ ડૉ. જમનાદાસ એમચદ નાણાવડી, એસ. એમ. એન્ડ એસ, પોતાના વૈદક-વિદ્યાનમૂકના એથમાં છોડ સમઘી નીચે પ્રમાણે લખે છે—

“ છોડ ( મોલ પ્રેગનન્સી ) ગર્ભ બધાવા પછી નિયમિત રીતે જલ્દિ અને પરિપક્વતા પામવાને બદલે જ્યારે તેના કેટલાક ભાગ નિર્થક જલ્દિ પામે છે ત્યારે છોડ થકુ કહેવાય છે.

ધણાં ભોંકા છોડનો ખરો ગર્ભ સમજવા વિના જ્યારે કંઈ ગર્ભી કે અર્થુથ થયું હોય છે ત્યારે પણ છોડ છે એમ ધારીને અત્યાર સલાણીઓ ખાસે દવા કરાવે છે, ને પછી જ્યારે દર્દ મટતું નથી ત્યારે બહુલા ડાક્ટરો કે ખાસ થયેલ સુપાણીઓ ખાસે તેઓ જાય છે. એ વખતે પછી દવા કરવાનો સમય ધણોખરો વીતી ગયો હોય છે, જેથી બુલ ને અન્ધાનું પરિણામ તે ખીયારી રીતે ભોગવું પડે છે. આ થવાનું એક કારણ એ છે કે ખાસ છોડમાં તેમજ ગર્ભાશયના બાહિરોમાં પણ રક્તઆતમાં હમેશના જેવાં જ ચિન્હો થાય છે, અને એ ત્રણ માસ પછી તે ચિન્હો બધ પડે છે.

છોડ થાય છે ત્યારે કંતો—૧ ગર્ભનો આકાર બધાવાને બદલે તેના પડ મોટા અને જાડા થઈ જાય છે, અને તે ગર્ભાશયમાં મોંસના લોચા જેવાં લાગે છે.

(૨) અગર તેના પડની વચમાં રક્તસ્રાવ થાય છે અને તેથી ગર્ભ જલ્દિ પામવાને બદલે જડમાસ જેવો થઈ રહે છે.

• (૩) અગર ગર્ભ ઉપર રક્તઆતમાં જે “કેરીયન” નામનું પડ થાય છે તેની ઉપર ખારીક રૂવાડી અગર ફેદા ( Villi ) હોય છે, તેમાં ખીયારડ થવાથી નાના નાના મોતીયા બધાય છે ને ગર્ભનું રૂપાંતર થઈ જાય છે. આવા છોડને મોતીચાખ છોડ કહે છે, અને તે વિશેષ જોવામાં આવે છે. દરેક મોતીયો રાખના દાણાથી દ્રાક્ષ જેવો થાય છે ને તેમાં પાણી હોય છે.

ગર્ભનું કાકુ થવા પછી પાણું કરીને છોડ થાય છે. પણ જો કદી છોડ તે જલ્દિમાં રાખ થાય તો પણ યોગ્ય વખતમાં ગર્ભ નાશ પામે છે, અને તેને મળતું પેગલુ તેના પા

વગેરેને મળવા માટે છે આથી ગર્ભનું માંસ અનિયમિત રીતે જલદી વધવા માટે છે. માત્ર આર પાંચ માસ થયા હોય તો પણ પેટનો દેખાવ આઠ નવ માસના જેવડો લાગે છે.

છોડ છે કે કેમ તેનો નિર્ણય ?—તે સવાલ ઘણો અગત્યનો થેમ પડે છે અને તેનો નિર્ણય કરવો એ સરળ વાત નથી, કેમકે તેનાં ચિન્હો બધી વખૂન સ્પષ્ટ હોતાં નથી.

શરૂઆતમાં ગર્ભાધાનનાં ચિન્હો જણાય છે. પણ જ્યારે પેટ જેટલું વધતું જોઇએ તેના કરતાં એકદમ વધારે વધતું જણાય ત્યારે છોડ હોવાનો સંભવ રહે છે. એ ત્રણ માસ સુધી રબ્બેદર્શન અથવા રલા પછી સ્ત્રીને શુભ્રાવની માફક રક્તસ્રાવ થાય છે અને તેથી કોષ્ટ સ્ત્રીને ઘણું લોહી જાય છે, ગર્ભપાતમાં જેમ ગર્ભ બહાર નીકળે છે તેમ છોડમાં ગર્ભ બહાર નીકળતો નથી. પાંચમા ચહીનામાં એ ગર્ભના રક્તાશયનાં ધ્વનિ સંભળાતા નથી ને તેથી ખાત્રી થાય છે કે સ્ત્રીને હમેલ નથી. જો તે અર્થુદ હોય તો ઘણું કરીને શરૂઆતમાં પેટમાં સણકા આવે છે, અને પાછળથી તે સ્ત્રીનું શરીર ઘણું લેવાઇ જાય છે. તથા તાવ, રક્તસ્રાવ, ગંધાતી ધાત, વગેરે ચિન્હો વખતો વખત જણાય છે. વળી અર્થુદથી પેટ બહુ મોટું લાગતું નથી. છોડને લીધે પણ વારંવાર રક્તસ્રાવ થાય છે સ્વચ્છ ધાત જાય છે, પરંતુ તેમ સધળા પ્રકારના છોડમાં થતું નથી. આ ઉપરાંત અંદર પરીક્ષા કરવાથી મચી કે મસા છે કે કેમ તે નક્કી થઇ શકશે. જ્યારે છોડ જેવું દરદ થાય ત્યારે બનતાં સુધી વહેલી સારવાર શરૂ કરવી અને કોષ્ટ સારા ડૉક્ટર કે સુધાણીની સલાહ લેવી.

ખોટું ગર્ભાધાન—હમેલ—સીમંત—Spurious Pregnancy—સ્પુરીઅસ પ્રેગનન્સી. કેટલીક સ્ત્રીઓમાં હિરડીરીઆ કે ખીજ પ્રકૃતિઓને લીધે ખરી અધરણીને મળતાં લગભગ બધાં ચિન્હો થાય છે ત્યારે કેટલીક સ્ત્રીઓ ખરી અધરણી છે એમ માની બેસે છે, અને સીમંતની બધી ક્રિયાઓ અર્થાત્ રાખડી બાંધવી, માતા વચરાવવા, નાતો બદલવી, વાયણાં ખાવાં, ઇલાદિ ક્રિયાઓ કરાય છે, અને આખરે ખરૂં સીમંત છે એમ માની જણાવવાની તૈયારી કરવામાં આવે છે. પણ તે વખત હુશીયાર અનુભવી સ્ત્રીઓનો ડૉક્ટર હોય તો સ્ત્રીની વહેમ કાઢવા વારતે બેશુદ્ધ કરવાની કક્ષેરોદ્ધાર્મ નામની દવા સુધાડવામાં આવે છે, ત્યારે તે ખોટી અધરણીના લક્ષણો બેશુદ્ધ કરવાની દવા સુધાડવાથી અદ્રશ્ય થઇ જાય છે. આ ખોટું ગર્ભાધાન પૂરા દિવસ ઉપર પણ થઇ જાય છે, અથવા તો થોડાં અઠવાડીયાં સુધી રહી કંઈ દવાથી અદ્રશ્ય થઇ જાય છે.

કારણો—આ રોગનાં કારણો કોષ્ટ પણ રીતે નક્કી નથી. કોષ્ટ કહે છે કે અધ્ધાનને લીધે થાય છે. કોષ્ટ કહે છે કે ઉદરપટલના સંક્રાંચનથી થાય છે, પણ આ કારણો ખોટાં છે. કારણ કે એમ થતું હોય તો આ રોગ-પુરૂષ વર્ગમાં થવો જોઇએ. ઘણાં માનવું છે કે આર્તવ રોગનું અથવા ગર્ભના અંડાશયના રોગથી થાય છે.

ઉપર પ્રમાણે છોડ સંબંધમાં હાલનાં શોધકો અને વિદ્વાનોના અભિપ્રાય છે. મતલબ કે છોડ બધાં જ એ ખરો ગર્ભ નથી. અથવા તો તે ગર્ભ મૃત્યુ પામ્યા પછી છોડ બંધાય છે. આવો મૃત્યુ પામેલો ગર્ભ ફરી જીવનો થાય એમ માનવું હાલના વિદ્વાનોના મતથી વિરુદ્ધ છે અને તેમ માનવા માટે સમર્પક કારણો જોઇએ. એથી “છોડ પાલેવે છે” એ માન્યતા શૂદ્ધભરેલી આધારની શોધથી સગળાય છે.

ગર્ભ ક્યાં સુધી માતાના ઉદરમાં રહે છે તે મંબધે વિચારવાની જરૂર છે.

## સગર્ભાવસ્થાની મુદત.

ગર્ભ નવ માસ પેટમાં રહીને જન્મે છે એ વાત સૌ કોઈનાં જાણવામાં છે. સાધારણ રીતે નવ મહીના કહેવાય છે તથા તેની ગણતરી કરવામાં આવે છે ત્યારે થોડા ઘણા દિવસ એ મુદત ઉપર અથવા અંદર થાય છે. સાધારણ રીતે આ ફેરફારથી સંસારમાં હરકત આવતી નથી. પણ કેટલીક વખતે વારસાની તકરારમાં અથવા ધણી મરી ગયા પછી કેટલી મુદતમાં બાળક અવતરે છે તેને લગતી તકરારને માટે ગર્ભાધાનની મુદતને નિર્ણય કરવો અતિ અગત્યનો થઈ પડે છે. હિન્દુસ્થાનના એવીકસ એક્ટમાં (પુરાવાના કાયદામાં) નવ મહીના, આઠીસ અઠવાડીયાં, અથવા ૨૮૦ દિવસની મુદત ગણવામાં આવી છે. સ્ત્રી પુરુષ વચ્ચે હેડો સમાગમ થયા પછી અથવા ધણી ધણીવાળી વચ્ચે સંસાર આજ્ઞા હોય અને ધણીનું મરણ થાય તે પછી ૨૮૦ દિવસમાં જન્મેલા બાળકને જારસ પુત્ર કે પુત્રી હોવાનું કાયદાનું અનુમાન છે. પરંતુ તેથી થોડા વધારે કે જોછા દિવસે પ્રસૂતિકાલ આવે તો તેના માટે વધેલા સેવામાં આવતો નથી. આ ઉપરથી એવો સવાલ ઉડે છે કે ઘણામાં ઘણા કેટલા દિવસ ગર્ભ પેટમાં રહી શકે છે ? અને જોછામાં જોછા કેટલા દિવસ સજીવ ગર્ભ જન્મી શકે છે ? કારણ કે આને માટે કંઈજ હલ ન હોય તો ઉપર કહેલી તકરારમાં કોર્ટમાં ફેસલો આપવા કોઈજ આધાર રહે નહિ. ગર્ભાધાનનો છેવટનો દિવસ એટલે પ્રસૂતિકાળ સર્વે કોઈ જાણી શકે છે. પરંતુ જ્યાં ગર્ભ રહેવાના દિવસનો નિર્ણય કરવો એ મુશ્કેલી ભરેલું છે. તેથી ગર્ભ પેટની અંદર કેટલા દિવસ રહ્યા તે યથાર્થત કહી શકાતું નથી.

જોધાનના દિવસ ગણવાની ત્રણ રીત છે. પ્રથમ કેટલીક સ્ત્રીઓ પોતાની ઉપર થતી અસરથીજ ગર્ભ રહેવાનો દિવસ જાણી શકે છે, તે ઉપરથી ગણતરી થાય છે. બીજી જગ પ્રસિદ્ધ સર્વમાન્ય રીત એ છે કે જે દિવસથી છેલ્લું દરતાન બંધ થાય તે દિવસથી ગણતરી કરવામાં આવે છે. આ ગણતરીથી અસદ્યો બરાબર થાય છે. પણ ચોક્કસ મુદત જાંધી શકાતી નથી. ગર્ભ રહેવા સ્થળ સામાન્યકાળ દરતાનથી એક બે દિવસ અગાઉ અથવા બે માર દિવસ પાછળ હોય છે. દરમ્યાન મહીનાના કોઈપણ દિવસે ગર્ભ રહી શકે છે એમ સિદ્ધ થયું છે. માટે દરતાન બંધ થઈ ગયા પછી દૈવ્યોગે તરતજ ગર્ભ રહે તો આ રીતથી ગણતરી બરાબર કતરે. પણ ત્યાર પછી એક બે અઠવાડીયાં અથવા ત્રણકાળથી અગાઉ એકાદ દિવસે ગર્ભ રહેતો સ્પષ્ટ જણાય છે કે આ ગણતરીમાં ભૂલ આવ્યા વગર રહેજ નહિ. આવાં કારણોને લીધે આવી ગણતરીમાં બે ત્રણ અઠવાડીયાંની ચૂક આવે છે. ત્રીજી રીત પ્રમાણે જ્યારે છોકરું પ્રથમ ફરકે ત્યારે સાકાર મહીના ગયા અને બાકી સાકાર રહ્યા એ પ્રમાણે ગણતરી કરવામાં આવે છે. પણ પ્રથમ ફરકતું એ સાકાર મહીનેજ થાય છે એમ નહીં નથી, માટે આ ગણતરીમાં પણ ભૂલ આવવા સંભવ રહે છે. કેટલીકવાર છેવટ ત્રણના દિવસથી બે અઠવાડીયાં મુકી જોધાનના દિવસ ગણવામાં આવે છે. કચિત્ એવા સજવા અને છે કે કેટલીક સ્ત્રીને બેચાર મહીના અથવા વધારે મુદત દરતાન બંધ થઈ ત્યાર પછી જોધાન રહે તો જેટલી મુદત પહેલાં રહ્યું બંધ રહેલ હોય તેટલી મુદતનો પાછળથી તકાવત આવે છે. એકજ સમાગમ થઈ સ્ત્રી સગર્ભા થાય તે માત્ર બરાબર વખત સમજવાનો સંભવ હોય છે. એક સંયોગની કેટલાક દાખલા ઉપરથી એમ સિદ્ધ થયેલું છે કે સગર્ભાવસ્થાનો કાળ નિયમિત નથી. કાકર ગાય સખે છે કે એકજ વખત સંયોગ થયાના અને એકાએક ધણી સુજરી ગયા અથવા પડેલા

ગયાના મળી ૨૭ દાખલા ઉપરથી સગર્ભાવસ્થાના વખતનું સરાસરી પ્રમાણ ૨૮૪ દિવસ થયું છે, ઓછામાં ઓછું પ્રમાણ ૨૬૦ દિવસ અને વધારેમાં વધારે પ્રમાણ ૩૦૮ દિવસ થયું છે. ૨૭ દાખલામાં અડેતાથીસ દિવસનો તફાવત માણસ પડ્યો. ત્યારે ઘણા દાખલા મળે તો તેનાથી પણ વધારે ફરક નીકળે એમ અનુમાન થાય છે. યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં એક કેસમાં સગર્ભાવસ્થાનો વખત ૩૧૭ દિવસ સુધી કમુવ થયાનું ડૉ. ગાય લખે છે. પ્રોફેસર મરશીનાં બે ઉદાહરણો ઉપરથી એકમા ૩૧૪ અને બીજામાં ૩૨૪ દિવસ ગર્ભાધાનનો કાળ થયો હતો એમ લખ્યું છે. હવે હુંકામાં હુંકો કેટલી મુદતે સજીવ ગર્ભ જન્મી શકે છે તેનો વિચાર કરતાં પાંચ મહીનાથી ઓછી મુદતનું છોકરું જન્મું નથી એમ બધા ડોક્ટરોનો મત છે. પાંચ મહીના પછી અને ઘણું કરીને સાત મહીના પછી જન્મેલાં છોકરાં જીવે છે. અધુરા મહીનાનાં છોકરાંમાં અપૂર્ણ કાળનાં ચિન્હ હોય છે. (અપૂર્ણ)

## નામદાઈ.

(લેખક—તંત્રી.)

સાંપ્રત કાલમાં પ્રજા વર્ગ વીર્યહિન થતો જાય છે. વીર્યભ્રાવ, પુરૂષની જનનેદ્રિયની સિધ્ધિલતા વગેરે સંબંધી અનેક પત્રો અમારા ઉપર આવે છે. એટલુંજ નહિ પણ નામદાઈ સંબંધીના અને વાંઝીયાપણા સંબંધી કેટલાક માણસો તરફથી સલાહ થાય છે. આવા પત્ર લખનારને જુદા જુદા જવાબ આપવામાં અમારો ઘણો તખ્ત જાય છે તેથી આ સંબંધે સાંપ્રત કાળના ડોક્ટરો ને શોધકોનો કેવો મત છે તે વાંચકવર્ગની જાણ માટે લખવાનું અમે દુરસ્ત ધાર્યું છે.

નામદાઈ સંબંધમાં ખીન્ન ગ્રંથો કરતાં મેડીકલ બ્યુરિસ્પ્રુડન્સમાં વિસ્તારથી વર્ણન જેવામાં આવે છે. આજ મંબંધનું લાયોનના મેડીકલ બ્યુરિસ્પ્રુડન્સનો ગ્રંથ વખાણાય છે. રા. રા. મુળચંદ બાલાભાઈ શાહ નામદાઈ સંબંધે ન્યાયવૈયકના પુસ્તકમાં નીચે પ્રમાણે લખે છે:—

જ્યારે કોઈ પણ માણસ ઉપર જગાતકાર સંભોગનો આજ આવે અને તે જ્યાંવમાં પોતે નામદાઈ છે એમ કહેતો હોય ત્યારે તે સ્ત્રી સંયોગ કરવાને અશક્ત છે કે નહિ તેનો તપાસ કરવાને વૈદ્યકીય અમલદારની જરૂર પડે છે. (૨) કેટલીક વખતે પુરૂષ નામદાઈ હોવાથી સ્ત્રી, અને સ્ત્રી બ્યંડળ હોવાથી મરદ, છેડાછુટકો કરવા માગે છે તે વખતે પણ તેઓને તપાસવાને વૈદ્યકીય અમલદારની જરૂર પડે છે. (૩) વારસાની તકરારમાં છોકરોના ખરાયણની ખાખતમાં આ સવાલ ઉઠે છે.

આ વિષયના બે ભાગ કરવામાં આવે છે. ૧ પુરૂષ નામદાઈ (૨) સ્ત્રીબ્યંડળ.

૧ પુરૂષ નામદાઈ થવાનાં બે કારણો છે—શારીરિક, માનસિક.

શારીરિક કારણો:—(અ) પુરૂષ ઉંમર (વડપણ) અથવા બચપણ (બ) ઈન્દ્રિય અપૂર્ણતા અથવા સિધ્ધિલતા.

(ક) વૃષણની ગેરહાજરી અથવા તેનું દરદ (દ) અશક્તતાઈ અથવા શરીરનું દરદ.

(અ) પુરુષ ઉમર અથવા બચપણ—ઉચ્છિન્ન કાયદા પ્રમાણે ચૈદ વર્ષનો મરદ અને બાર વર્ષની સ્ત્રી પરણવાને લાયક થાય છે. પરંતુ સ્ત્રી અને પુરુષમાં કોઈ કોઈ વખત યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થવામાં થયેલા ફેરફાર જોવામાં આવે છે. પુરુષને માટે ચૈદ વર્ષ નહીં કરેલાં છે. પણ કોઈ વખતે લાંબી સુદૃઢ અગર તે ઉમરની અંદર પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. ૩૦ દરમિયાન કહે છે કે સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિ પહેલાં સંયોગ-કરવાની શક્તિ આવે છે, અને તેનો નાશ પણ મોડો થાય છે, તેટલા માટે જર્મનીમાં મયોગ કરવાની શક્તિ માટે તર વર્ષ દરાવ્યાં છે. તથા સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિ માટે પંદરથી સોળ વર્ષ સુદર કરવામાં આવ્યાં છે. પુરુષનો બાંધો, અવાજ, શુભ ભાગ પર વાળ આવવા, અને જનનેદ્રિયની પ્રજ્ઞાવસ્થા ઉપરથી યુવાવસ્થાનું અનુમાન બાંધી શકાય છે. જે ઇન્દ્રિય અને કૃષ્ણ વર્ણનો ભાગ પૂર્ણ જોવામાં આવે તો એમ અનુમાન બાંધી શકાય છે કે તે માણસ સ્ત્રી સંયોગ કરી શકે તેવી શક્તિવાળો છે. સન ૧૮૧૩ માં વિવાયતમાં બેંચી પીયરેજ નામના ઉમરાવના કેસમાં કેટલી વૃદ્ધ ઉમરે પહેલાં પછી સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિનો નાશ થાય છે, એવો સવાલ ઉઠ્યો હતો. ડૉ. બેન્ડુમરીએ એવું લખેલું છે કે કેટલાક ૮૦ વર્ષ ઉપરના માણસોમાં વીર્યરજ્યથો માણસ ૫૩ છે અને એક માણસ ૬૬ વર્ષનો થયા પછી પરણ્યો હતો તથા તેને સંતતિ થઈ હતી.

(વ) ઇન્દ્રિય અપૂર્ણતા અથવા શિથિલતા—જન ધારણ કરવાને માટે સ્ત્રીની યોનિમાં પુરુષની ઇન્દ્રિયો પ્રવેશ થવાની જરૂર છે એમ નથી; તેમજ ઇન્દ્રિય જાગૃત થવાની પણ જરૂર નથી. કારણકે જેમ જનાવરની યોનિમાં પીચકારીની અંદર વીર્યમરીને મારવાથી જનધારણ થઈ શકે તેમજ માણસમાં પણ થઈ શકે છે. સ્ત્રીને કેરી વસ્તુ અવરોધીને બેશુદ્ધ થયાં પછી જે સંયોગ કરવામાં આવે તો પણ જન ધારણ કરી શકે છે અને તે સ્ત્રીના છુપા ભાગપર એટલી થોડી ઇજા થાય છે કે તેની ઇજા પાછળથી દેખાવી મુશ્કેલ પડે છે. સ્ત્રીને યોનિ યત્ન (હાઇગેન) હોવા છતાં પણ સંયોગ થઈ શકે છે; તેમજ ઇન્દ્રિયો કોઈ ભાગ રોગથી ગળી ગયો હોય અગર દુડી ગયો હોય અને જે ભાગ બાકી હોય તે જે યોનિના કાંઠાની અંદર જઈ શકે તેટલો હોય તો સ્ત્રી જન ધારણ કરી શકે છે. રોગથી અગર બીજા કારણથી ઇન્દ્રિય સ્વાભાવિક કરતાં મોટી હોય તો પુરુષ નામદ કહેવાતો નથી પણ તે ઇન્દ્રિય યોનિમાં દાખલ થઈ શકે તેટલી મોટી હોવી જોઈએ અને તેની હોય તો તે માણસ કૃણદાયક સંયોગ કરી શકે છે.

ઇન્દ્રિય ક્ષય જરૂર રહ્યું હોય અગર ઇન્દ્રિયો ઘણાખરા ભાગ જતો રહ્યો હોય તો પણ તે માણસ નામદ થતો નથી. ૩૦ ત્રિશુવનદાસ કહે છે કે કેન્સર નામના બાધિના માટે શિક્ષનો અર્થ અગર વધારે ભાગ કાપ્યા પછી આદમી સંયોગ કરી શકે છે એવાં કેટલાકે ઉદાહરણ જોવામાં આવ્યાં છે. એક માણસની ઇન્દ્રિય દરબને લીધે કાપવામાં આવી હતી અને તે ઇન્દ્રિયો થોડો ભાગ બાકી રહ્યો હતો કે જે બાગ દાખવાથી જ ક્રંત બહાર આવી શકતો હતો તે માણસે પણ જે સંતતિ ઉત્પન્ન કરી હતી એવો દાખવ્યો છે. પણ જે ઇન્દ્રિય મૂળમાંથી કાપી નાખવામાં આવી હોય તો તે માણસ સંયોગ કરી શકે નહિ તો પણ તે માણસ ઉપર અતોવેલાં કારણથી સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાને નાલાયક હતો નથી. જ્યારે મૂત્રનગનું છિદ્ર ઇન્દ્રિયના છેડા મિચાય બીજા ભાગમાં હોય તો પણ તે નામદ કહેવાતો નથી પણ મૂત્રનગનો છેડો કઠોટાના ભાગ (પેરીનીયમ) માં હોય તો તે માણસ સ્વાભાવિક રીતે



સંતતિ ઉત્પન્ન કરી શકતો નથી; પરંતુ તેમાંથી બહાર નીકળેલુ વીર્ય પીયકારીથી ચોનિમાં દાખલ કરવામાં આવે તો ગર્ભ ધારણ થઈ શકે છે. માણસના મૂત્રનળનું છિદ્ર ઇન્દ્રિના ઉપલા ભાગમાં હોય તેને ઇન્દ્રિયમાં એપીરિપિડિયન કહે છે. જન્મથી ધુમટો બંધ હોય અગર વૃષણની કાથળી સાથે ઇન્દ્રિયોટલી હોય તો તે નામદાંઢનું કારણ થઈ પડે છે. પણ તે ઇલાજથી દુર થઈ શકે તેવાં કારણો છે. મૂત્રમાર્ગનો સંકોચ. ગ્રોસ્ટેટની વૃદ્ધિ. અને ઇન્દ્રિના સ્નાયુની અશક્તાઈ હોય તો તે નામદાંઢનાં કારણ થઈ પડે છે.

(ક) વૃષણની ગેરહાજરી અથવા દરદઃ—આત્માવરણમાં બંને વૃષણ કાપી નાંખવાથી નામદાંઢ પેદા થાય છે. પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થયા પછી વૃષણ કાપવામાં આવે તો તેવા માણસની સંયોગ કરવાની શક્તિ કાપ્યા પછી કોઈ વખત રહે છે અને તે દરમ્યાન વીર્યાશયમાં બાકી રહેલા વીર્યથી કદાચ એકાદ સંતતિ પણ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે. ૩૦ આરુદ્ધી કુપરે એવો કેસ લખ્યો છે કે એક માણસના બંને વૃષણ કાપ્યા પછી તે લાંબી મુદત સુધી સ્ત્રીગમન કરી શકતો હતો. એકજ વૃષણ હોય તે માણસ નામદાં ઠોતો નથી, કારણ કે ગર્ભ ધારણ કરવાને ધણા વીર્યની જરૂર પડતી નથી, એટલે એક વૃષણમાં જોડલું વીર્ય ઉત્પન્ન થાય છે તેટલા વીર્યથી છોકરાં ઉત્પન્ન થઈ શકે છે. નાના વૃષણ હોવાથી માણસ નામદાં ઠોતો નથી. એક એવો દાખલો છે કે જેમાં માણસનું શિશુ અને વૃષણ બંને નાના હતા પણ તેને સ્ત્રીગમનનું મન થતું, શિશુ જન્મતું થતું. વીર્યસ્ત્રાવ થતો અને ધીમે ધીમે તેનું શિશુ કદમાં વધતું હતું. વૃષણને દરદ થવાથી કોઈ કોઈવાર માણસ નામદાં થાય છે. જે વ્યાધિથી વૃષણના બાંધાનો નાશ થાય છે તે વ્યાધિને લીધે નામદાંઢ આવે છે અને તે નરમ અને નાના થઈ જાય છે. જ્યારે બંને વૃષણને દરદ થાય છે ત્યારે શુભ ભાગ્યે વાળ નાના ઉમે છે, સ્ત્રીગમનની ઇચ્છાનો નાશ થાય છે, અને માણસ નામદાં થઈ જાય છે. લાંબા વખતના પ્રમેહને લીધે મદાંઢ કમી થાય છે, કાથળાની વૃદ્ધિ (એલીફન્ટાઇસીસ) તથા કેનસર (અર્ચુદ)ના દરદથી માણસ નામદાં થાય છે. જન્મથીજ કાથળામાં સારણ ગાંડ હોય, જુના અને લાંબા વખતની રસોળી હોય અને સાચળના ઉપલાં ભાગમાં અગર પેહુના નીચેના ભાગમાં મોટી અંધિ હોય તો માણસ સંયોગ કરવાને અશક્ત થઈ પડે છે.

(ઙ) શરીરનાં દરદ અથવા અશક્તિ:—જે દરદથી અશક્તિ પેદા થાય છે તેવાં દરદને લીધે કોઈ વખત અમુક મુદત સુધી અગર જન્મ પર્વત નામદાંઢ રહે છે. કેટલી અશક્તિથી, કેટલી ઉમરથી, અને કેટલા દરદથી, આ પ્રમાણે નામદાંઢ થાય તે સમજવું ટકણ છે. જે દરદોથી દરોડરજીનું ઇન્દ્રિય થાય છે તેનાથી ઘણું કરીને નામદાંઢ આવે છે. આ દરદ કોઈવાર અંદરના કારણથી અગર કોઈવાર ઇન્દ્રિયથી ઉત્પન્ન થાય છે. અર્ધાંગ વાયુ અગર ઉરસ્તંભ (પારાપ્લીથ્યા) વિકારથી નામદાં પેદા થાય છે, પણ તે રોગમાંથી માણસ કદાં સારો થાય તો તે સંયોગ તથા ગર્ભોત્પત્તિ કરી શકે છે. મગજના ઉપરના અથવા નીચેના ભાગ ઉપર ઇન્દ્રિય પેહોચવાથી કોઈ કોઈવાર નામદાંઢ થાય છે. આ સ્થિતિ કેટલીક વખત યોગ દિવસ પછી મટી જાય છે અને કેટલીક વખત જાયું રહે છે. જે માણસને લોકોગોટર એટકથી (એક પ્રકારનો વાયુ)નું દરદ થયું હોય તેવા માણસની સંયોગ કરવાની શક્તિ પહેલાં વધે છે પણ જેમ જેમ દરદ વધતું જાય છે તેમ તેમ તે કમી થાય છે. આગોટના કેસમાં એવો સવાલ ઉઠ્યો હતો કે લોકોગોટર એટકથીના દરદવાળો માણસ

સંયોગ કરી શકે કે નહિ? ૩૧૦ રેટકલીફ એવું જાણીત કરી આપ્યું કે એટકસીના દર્દ વાળા માણસની સ્ત્રી સંયોગ કરવાની શક્તિ જતી રહેતી નથી. કેટલીક દવાઓ ધણા લાંબા વખત સુધી ખાંધાથી અથવા પીંધાથી માણસ નામર્દ થાય છે, જેવી કે અશ્રીણુ, દારૂ, તમાકુ, દુધર, કોષી, સુરોખાર કંત્યાદિ.

હાથરસ અથવા નાનપણમાં સ્ત્રીસંગ, અગર ઘણી વખત સ્ત્રીસંગ, જોરે નામર્દ થવાનાં પ્રસિદ્ધ કારણ છે.

**માનસિક કારણો:**—અતિ વિપાસકતા મનોવૃત્તિ, બીક, વહેમ, ગાડપણું, નાપુથી, સુગ આવવી, કામ તરફ દુર્લક્ષ વગેરે નામર્દીનાં માનસિક કારણો છે. કેટલાક માણસો એવા હોય છે કે તેઓ શરીરમાં દેખાવડા અને તીરોગી માલમ પડે છે પણ તેઓ કામહીન હોય છે.

(૨) સ્ત્રી વ્યવહાર:—આ દેશમાં ઘણું કરીને તેર ચૌદ વર્ષની સ્ત્રીને યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. અને સંતતિ થવાનો કાળ ઘણું કરીને પિરતાળાસ વર્ષની વય સુધી જતી રહે છે. કોઈ વખત બાર વર્ષ પહેલાં પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે, અને સંતતિ થવાનો કાળ ૬૦ થી ૬૫ વર્ષ સુધી રહે છે. રતુજ્જ્વાલ બંધ થયા પછી પણ કનચિત્ ગર્ભ ધારણ થાય છે. આ વિશે ૩૧૦ ટેલર નીચે પ્રમાણે ઉદાહરણ આપે છે:—એક સ્ત્રીને સન ૧૮૭૬ ના સપ્ટેમ્બર મહીના પર્વત નવ છોકરાં થયાં. બે ચર્ચ પછી એકે ૧૮૭૮ના જુલાઈમાં રતુજ્જ્વાલ બીજા કુલ બે વધુ થયો પણ પાછળથી એક છોકરો થયો.

**સ્ત્રીસંગ નહિ થઈ શકવાનાં કારણો:**—યોનિની સંકુચિત સ્થિતિ—આ સ્થિતિ બધી ઓસ્તોની અદર નાનપણમાં હોય છે, પણ યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થયા પછી કોઈકનેજ હોય છે. જ્યારે યુવાવસ્થામાં યોનિ સંકુચિત હોય ત્યારે દવાઓથી અથવા તેભાગ પહોંચી કરવાથી ઓસ્ત સારી થઈ શકે છે. (૨) વરમને લીધે યોનીના બંને ઓષ્ટ (લેખ્યા) ભેગા થએલા હોય છે અને તે કારણને લીધે સંયોગ થઈ શકતો નથી. (૩) યોનિની ગેરહાજરીને લીધે અને કેટલાક કેસોમાં યોનિ ને ગર્ભસ્થાન હોતાં નથી તેને લીધે મૈથુન થઈ શકતું નથી. (૪) યોનિપટલ (હાઇમેન) આડો આવે તો સંયોગ થઈ શકે નહિ, પણ આ કારણ દૂર થઈ શકે તેવું છે. (૫) યોનિમાં અધિ જેવા કે ગર્ભાશય અર્ધ, ગર્ભાશયનું અર્ધુ, (કિનસર) ગર્ભાશયનું બહાર આવવું, યોનિનું ચોડું ઘણું સંકોચિતપણું, યોની અને ગર્ભસ્થાનનો વરમ, અને બીજા પ્રકારની અધિને લીધે મૈથુન અશક્ય થઈ પડે છે. યોનિ તથા મળકાર વચ્ચેનું નાસર, અંદરના દરસ, સ્પર્શસહ યોનિ વગેરે કારણો સંયોગને અડચણકર્તા હોય છે.

**વાંછીયાપણ અથવા સંતતિનો અભાવ:**—આ સ્થિતિ સ્ત્રી તથા પુરુષ બન્નેમાં જોવામાં આવે છે. સ્ત્રીમાં તેનાં કેટલાંક શારીરિક કારણો હોય છે. જેવાં કે ગર્ભસ્થાન, યોનિ તથા સ્ત્રી અંગની ગેરહાજરી, કમળ બાલ મૂખ બદ અથવા તેનો સંકોચ, અને ક્ષણ વાકિની (ફેનોપ્થન ટ્યુબ)નું સંકોચન, આ કારણો સ્ત્રી જીવતી હોય ત્યારે કનચિત્ જોવામાં આવતાં નથી અને તે નિરૂપાય છે. પીડિનાર્તવ, અતિ આર્તવ, અને પ્રદર એ કલાજથી દૂર થઈ શકે એવાં મંતનિ નહિ થવાનાં કારણો છે. યોનિ અથવા ગર્ભાશયના શ્લેષ્મ પડની અંદર ફેરફાર, તથા વેસ્થાનો થયો, એ પણ સંતતિ અપ્રાપ્તિનાં કારણો છે પણ તે ઘણું કરી દૂર થઈ શકે તેવાં છે. કોઈ વખત એવું બને છે કે સ્ત્રી એક પુરુષથી વાંઝણી રહે છે અને બીજા પુરુષથી તે સમર્થ થઈ શકે છે.

માણસ સંતતિ ઉત્પન્ન કરી નશકે તે છતાં મૈથુન કરીશકે છે. સ્ત્રી પુરુષનો સંયોગ થવાને કાંઈ પણ પ્રતિબંધ નહોત્ય તેા પણ કોઈ કોઈ વખત ગર્ભોત્પત્તિ થતી નથી. આવા પુરુષના બે પ્રકાર છે. એક પ્રકારનો પુરુષ પૂર્ણપણે સંયોગ કરે છે, અને બીજા પ્રકારના માણસમાં સંયોગ કરવા છતાં વીર્ય રખાલિત થતું નથી.

પુરુષના વાંઝીયાપણાનાં ત્રણ કારણો છે:—વૃષણની સ્થિતિનો ફેરફાર (૨) વીર્યવાહિનીની બદ્ધતા (૩) વીર્ય રખાલીત માર્ગની હરકત. આ ત્રણ કારણોથી પુરુષને સંતતિ થતી નથી. તેમાંનું પહેલું કારણ જાણવા જેવું છે કારણ કે તેવા માણસમાં વૃષણ કોથળામાં હોવાને બદલે પેટ અથવા જંગમમાં હોય છે. તેવા માણસ સંયોગ કરવાને શક્તિવાન હોય છે. પણ તેમનામાં વીર્ય રજકણની ખામીને લીધે સંતતિ પેદા થતી નથી. તથાપિ કાસ્તરૂં રાદિ કોઠરોએ એવા દાખલા આપેલા છે કે કોથળામાં વૃષણની ગેરહાજરી છતાં માણસોને સંતતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

નામદાઈવાળા માણસોને તપાસવાની સૂચના:—જે માણસનો તપાસ કરવાનો હોય તેની ઉંમર, તેનો દેખાવ, શરીરની રીતભાત, તંદુરસ્તીની સ્થિતિ, અને તેને પ્રથમ કંઈ દરદ થએલ હોય તેની ચોકશી અથવા તપાસ કરવો. (૨) જનને દિવસગણથી તપાસવી, તેમની પૂર્ણાવસ્થાનો વિચાર કરવો, ચળાથી તપાસ થઈ શકે તેવાં હિંદને તમાસી જેવાં, (૩) નીચ અથવા અસમ્બતા ભરેલાં સાધનો ઉપયોગમાં લેવાં નહિ; અથવા કૃત્રિમ ઉષ્ણ રચી કરવી નહિ. (૪) આ બાબતની પરીક્ષા હુશીયાર અને અનુભવી માણસ પાસે કરાવવી અને તેનાપર ભરોસો રાખવો. સ્ત્રીઓની પરીક્ષા સ્ત્રીને પ્રસવ કરાવનાર હુશીયાર માણસ પાસે કરાવવી. (અપૂર્ણ).

## શાસ્ત્રોનો બળવો અને તત્વજ્ઞાનનો વિજય.

(લેખક: ડૉ. હંસાબહેન અનુભાઈ મહેતા.)

મેળાવેલો ધણો ભવ્ય દેખાતો હતો. પોતાની રાણી તત્વવિદ્યાને રાજ્યાસનપરથી ઉઠાડી મુકવાને બધાં શાસ્ત્રો એકઠાં મળ્યાં હતાં.

શ્રીમતી તત્વવિદ્યા બુદ્ધિની સૌથી મોટી પુત્રી હતી. બીજાં શાસ્ત્રોનો તે હજી જન્મ પણ થયો નહોતો તે પહેલાં તત્વવિદ્યાએ દિગ્વિજય મેળવી કોર્તિની ટોચનું સ્થાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું. પરંતુ તે શાસ્ત્રો ધણાંજ ઝડપથી આગળ વધ્યાં, અને પોતાની શક્તિનું અભિમાન તેમને એટલું બધું આબુધું કે પોતાની રાણીની એક વખતની સંપૂર્ણ સત્તાને શી રીતે સમજી જાગી તોડી નાંખતી તે બાબતનો વિચાર કરવાને બધાંએ એકઠાં થઈ સભા બોલાવી.

જ્ઞાનના ઇતિહાસમાં શાસ્ત્રોની પરિવર્તનો આ દવસ સોનેરી અક્ષરે કોતરી રાખવા જેવો હતો. લાંબી ધોળા દહાડીથી જેની મુખસોબામાં વૃદ્ધિ થતી હતી, તે જેના કપાળમાં ત્રિકોણાકૃતિનો ટીલો ધર્યો હતો, એવા વયોવૃદ્ધ શ્રીયુત ગણિતશાસ્ત્ર, હાથમાં કમ્પાસ લાઇને હવામાં વર્તુલ દોરતા એક બાલુ તરફ દ્રષ્ટિગોચર થતા હતા. એમની પાસેજ, આકાશને પણ બેઠી નાંખતી, ડુગિન જેવી આખરાણા શ્રીયુત ખગોળશાસ્ત્રનું આસન હતું. જડભરતની

જેવા માયાવાળા શ્રીયુત રસાયનશસ્ત્ર, શક્તિના પ્રતિગન સ્વરૂપ જેવા દેખાવવાળા શ્રીયુત પદાર્થશાસ્ત્રની વાતો ધણાજ રસથી સાંભળતા બેઠા હતા. એટલામાં શ્રીયુત પ્રાણિશાસ્ત્રની પદ્ધતિમણી યશ. એમના અંગે અંગ પર છૂટત તરવરી રહ્યું હતું. એમની પાછળ, શરીર-શાસ્ત્ર ને માનસશાસ્ત્ર અન્વેષનના હાથ પકડીને આવના હતા. એમજ લાગતું કે જો મન અને શરીર છુટા પડે તોજ આ જો છુટા પડે. આ તો મુખ્ય બાકોરોની ટોળી હતી. સિત્તાય ખીળા પણ ધણાં શાસ્ત્રો હાજર હતાં. તેમાં એક તો, મંલીર મુખમુદ્રાવાળા, ને પવિત્ર તપ-સ્થિતી જેવાં, જાણે બધાને ધર્મનો પાંડ શીખવતાં હોય એવાં શ્રીમતી નીતિદેરી પણ હતી. નીતિદેરી શાસ્ત્રમંડળમાં હાખસ. યશ શકે કે કેમ એ એક મોટો સવાલ હતો. આખરે વાદ વિવાદ પછી શાસ્ત્રોની પરિપદમાં બેસવાનો હક તેમને મળ્યો. એની સાથે સુંદર દેખાવવાળી એની બહેનપણી શ્રીમતી સૈદ્ધિદેરી પણ હતી. આ બંનેના મંગાધર્માજ શ્રીયુત ન્યાયશાસ્ત્રની સ્વારી પણ તર્કસ્વરૂપ અબેદ બખતર સજીને પધારી હતી. આ ત્રિપુટી તત્ત્વવિદ્યાના પક્ષમાં કંઈક હશે એમ બધાને શક હતો.

બ્યારે બધાં આવી રહ્યાં ત્યારે સખાતું કામ ચર થયું. કાર્યક્રમમાં સાથી પકેલું કામ પ્રમુખની સુઠણી કરવાતું હતું. આ કામ પદાર્થશાસ્ત્રે માયે લીધું. તેજે ઉભા થઈને જણાવ્યું: "સ. રા. ગણીતશાસ્ત્ર આપણા સર્વના મુરખી છે. રાંબં પણ તેજો સંપૂર્ણ છે. આવા વિદ્વાંન નરને પ્રમુખ પદ લેવાને વિનંતી કરતાં મને ધણે દર્દ થાય છે." ખરોખશાસ ટોકો આપતાં જોડ્યા કે:—"એ મોટા છે એટલુંજ નહિ પણ મહામંડળમાં જેમ સર્વે તેમ એ આપણા શાસ્ત્રમંડળમાં સર્વ જેવા છે. એની આસપાસ સર્વે શાસ્ત્રો પ્રદક્ષિણા કરે છે." ન્યાયશાસ્ત્રને આ રૂઝું નહિ તેજે વાણે ઉઠાવ્યો; "સર્વે શાસ્ત્રોતું હું શાસ્ત્ર છું, મારા વગરે કોઈ શાસ્ત્રને સામેજ નહિ. અતુમાન સમર્થન વગરતું જ્ઞાન કોઈ શકેજ નહિ. માટે પ્રમુખ-સ્થાન તો મનેજ હજી." આ દલીલને કોઈએ ટોકો આપ્યો નહિ. એટલે સર્વોત્તમને ગણિત-શાસ્ત્રે તાળીના ગમડાટ વચ્ચે પ્રમુખસ્થાન લીધું.

પ્રમુખે ઉભા થઈ જાપણ ચર કર્યું: "સગારીઓ ને સદ્યુક્તરો! આજે આપણે શા માટે એકત્ર થયા છીએ તે તો તમને વિદિતજ છે, એટલે એ વિષે વધારે બોલવાની જરૂર નથી. આ સંકુચિત રચાનમાં આટલી મોટી સંખ્યાની હાજરીથીજ જણાઈ આવે છે કે આપણે એક એક જણ તત્ત્વવિદ્યાની સત્તાની રિદ્ધ લક્ષ્ણપદો છીએ. મત્તાને મદ એને બદ્ધ થયો છે. જે તત્ત્વો ઉપર આપણી આખી છંદગીનો આધાર છે ને તત્ત્વોના ગુણુદ્ગમની પરીક્ષા કરાવાનો એ ડોળ કરે છે, તે તત્ત્વોની અંતિમ સત્પતાનો એ શક ઉત્પન્ન કરે છે, ને તે એટલે લગી કે જો એથી અપરો નાશ પણ થઈ જાય તો તેની પણ એને દરકાર નથી." ( 'તત્ત્વવિદ્યાનોજ નાશ થવો જોઈએ,' એવતરથી જુઓ સંબળાઈ. ) એકલે હાથે તો એનાથી કંઈપણ થઈ શકે એવું નથી. આપણામાંથી એકની તો મદદ એને લેવીજ પડે છે. બુના જમાનામાં એને મારી સડાય હતી. આજકાલ એ તમારામાંથી કોઈને મદદ માટે પડે છે. એના પ્રત્નો એટલા ચુદ છે કે એનો જવાબ પણ ક્યાંથી કહાડી શકાય? તેથી મારું માનવું છે-ને હું મારું છું હું ગણુવામાં જૂથ નથી કરતો-કે જો કદાચ તત્ત્વવિદ્યા હમે-શને માટે હર અથ જાય તો તેથી સાતોના જગ પણ નુકસાન થવાનો સંભવ નથી. ( 'ખરી વાત, ખરી વાત,' બધાએ ટોકો આપ્યો. ) માટે સખો, તમારી જેટલી એની

સામે દલીલો હોય તેટલી બધી રચુ કરો, એટલે જોઈતા પુરાવા ને પ્રમાણો મળ્યાથી આપણે એનો બરાબર ધનસાધ કરીએ.” આટલું બોલીને શ્રીકૃત ગણિતશાસ્ત્રે પોતાનું સ્થાન લીધું.

જાતે શ્રીકૃત પદાર્થશાસ્ત્રે શરૂઆત કરી. “પૂન્ય પ્રમુખ સાહેબ, બહેનો તથા બાપુઓ, પદાર્થનું જ્ઞાન થયો સિવાય તત્ત્વનું જ્ઞાન પણ ક્યાંથી આવે? માટે ખરું જોતાં તો તત્ત્વ-વિદ્યાએ મારી પાછળ આવવું જોઈએ. પણ આ કાદળને બહુ મહત્ત્વ આપી શકાય નહિ. તત્ત્વવિદ્યા એમ માને કે આપણે માયામાં અથડાઈએ છીએ, જ્યારે એ પોતે વસ્તુઓનાં ખરેખરાં તત્ત્વોમાં મહાભે છે! ખરું જોતાં તો આપણાંજ સ્વો ખરાં છે. તત્ત્વવિદ્યાની સત્યને માટે શોધ, એક આંધળો માણસ, અંધારા જોરકામાં, હાજર નહિ એવી કાળી ટોપીની ગોઘને માટે કાફાં મારતો હોય, મતલબ કે વસ્તુના અંભાવને પકડવા પ્રયત્ન કરતો હોય તેના જેવી છે! છદ્મીનાં વ્યવહારિક તત્ત્વો સાથે તો આપણે-સંબંધ ધરાવીએ છીએ; જ્યારે તત્ત્વવિદ્યા મનના ઘોડા છોડી મૂકીને કાલ્પનિક ગઢનતામાંજ બંધે છે.”-“શાન્ત, શાન્ત,” ન્યાયશાસ્ત્રે વચ્ચે પોકાર કર્યો, “આપણા માનનીય પ્રમુખ સાહેબ ક્યાં કલ્પનાની ગઢનતામાં વિચરતા નથી? આ તો પ્રમુખ સાહેબનું અપમાન થયું કહેવાય.” આ અધ્યા-નક વિશેષને લીધે પદાર્થશાસ્ત્રનું માનસિક સમતોલનપણું જડું રહ્યું. ને શું બોલવું તેની એને સમજ પડી નહિ. શ્રીકૃત માનસશાસ્ત્રે આ મુશ્કેલી જોઈ, ને સમયસૂચકતા વાપરી, એણે એકદમ ઉભા થઈ બોલવાનું શરૂ કર્યું. બધાનું ધ્યાન એની તરફ ખેંચાયું, અને હજી-તો મૂંઝાએ કુદી નહોતી, તે છતાં એના બવિધ્ય જીવનમાં એ ધણું કરી શકશે-એમ લાગતું હતું. એણે જુસ્સાથી બોલવા માંડ્યું. “ખીરાદરો, જે તમે જરા પણ ભૂતકાળનો વિચાર કરશો તો જણાશે કે આપણે બધા સ્થિરતાથી ધણા આગળ વધ્યા છીએ ને આપણ વધ્યા જ જઈએ છીએ, પણ તત્ત્વવિદ્યાએ તો એક કમળું પણ આગળ ભર્યું નથી. એના વાદવિ-વાદનો તો પાર જ આવતો નથી. એ તો ધાંચીના બળદની માફક સો ગાઢ આંધે પળું જ્યા ને ત્યાજ. એની લડત નકામી છે. મનને મનની પર પુસ્તુઓ તરફ લાઇ જવાને એ મથે છે. મમે એટલો જખરો માણસ જેમ પોતાનું શરીર ઉચકવાનો પ્રયત્ન કરે ને તેમાં સરળ ન થાય, તેવજ એનો આ પ્રયાસ છે. તત્ત્વવિદ્યાનાં કાંઈ પણ મૂલો સિદ્ધ થયાં નથી ને મશે પણ નહિ. ત્યારે એના નામ માનથી પણ આપણને એ શા માટે હેરાન કરે? હું તમને બાર મુકીને પુછુ છું કે શા માટે આપણે એના અસ્તિત્વથી હેરાન થવું જોઈએ?” જુસ્સાના આવેશમાં માનસશાસ્ત્રથી આગળ બોલાયું નહિ. પણ એને લાગ્યું કે શ્રોતાઓના મન પર આ બાપણુથી ધણી જ અસર થઈ છે.

હવે શ્રીકૃત પ્રાણિશાસ્ત્રને પારો આવ્યો. એમણે ધણા ઉત્સાહથી બોલવા માંડ્યું: “એક જ જાતનાં જાળકો! આપણું જીવન એ કલહસ્વરૂપ છે, ને જીવનકલહમાં એજવું અંતિ-જીવન થાય છે. તત્ત્વવિદ્યાની છદ્મી-હવે પુરી થયા આવી છે. કારણ કે ચાલતા સંજોગોને માટે તે ચોખ્ખું નથી. વિશ્વનું બંધારણ પ્રાણીના બંધારણ જેવું છે.”-“શી વાત કરો છો?” પદાર્થશાસ્ત્રે પ્રશ્ન ઉઠાવ્યો, ને એના વક્તવ્યમાં જંગ પડ્યો હતો તે અપમાનનું વેર લાગવા કહ્યું. “વિશ્વની ઘટમાળ તો સંચાના જેવી છે. દુનિયાનાં દુષ્ટોનાં કારણ પણ એજ છે કે વિશ્વનો સચો બરાબર ચાલતો નથી. બધું ચંત્રની પેઠેજ દામ કરે છે. જેને તમે ચેનન કહો છો તે અમરતુ નામનુંજ.”-“તકન ખરું.” શરીરશાસ્ત્રે ટલકો પુર્યો: “હું પણ હમેશાં

એજ કહેવા માણું છું. જેને ચેતન કહો છો તે તો માત્ર મગજમંત્રની ક્રિયાનું પરિણામજ છે. પિતાશયમાથી જેમ પિત નીકળવાની ક્રિયા જડ, યાન્ત્રિક રીતે ઉત્પન્ન થાય છે, તેમજ મગજમંત્રમાંથી વિચાર જડ રીતે ઉત્પન્ન થાય છે.” “શું ચેતન નથી? તમે ચેતન વગર જોશો છો?” માનસશાસ્ત્રે ઘટિા પાડ્યો. “હું અહીં હાજર છું એજ એના અસ્તિત્વની ખાત્રી આપે છે. તમારું મગજ એ માત્ર ચેતનને કામ કરવાનું સાધન છે. મગજના એક-એક ઓરડામાં તમારા જેવાં અનેક શરીરશાસ્ત્રો જામે તો પણ વિચાર, લાગણી, ઇચ્છા કે એવા કોઈ તત્ત્વનું દર્શન ભાગ્યેજ થશે. વિશ્વજ્ઞ તત્ત્વતઃ ચેતન છે. જડપદાર્થ જેવું દુનિયામાં કંઈ છેજ નહિ, એતો માત્ર મનની માયાજ છે.” રમાયનશાસ્ત્રે આ વાગ્યુદ્ધ શાન્ત ચિત્તે સોબલ્યું, પણ બ્યાં જડપદાર્થ માત્ર માયા છે એમ આવ્યું ત્યાં એનો પિતા ઉદ્ઘોષ્યો. “શું જડપદાર્થ એ જૂડી કલ્પનાજ? સામી બીને તમારું માણું કુટી જીઓ ને પગી કહો કે જડ-પદાર્થ છે કે નહિ.”

“મહા માણસ, આ તો એક શક્તિની સામે બીજી શક્તિનું અસ્તીત્વ બતાવી આવ્યું.” પદ્મર્થશાસ્ત્રે પોતાનો પક્ષ ખેચાતાં કહ્યું. “જડ પદાર્થ પણ શક્તિતંત્રજ સ્વરૂપ છે. કેર માત્ર એટલેજ કે જેને તમે ચેતનમય પદાર્થ કહો છો તેમાં આ શક્તિ વ્યક્ત છે ને જડ પદાર્થમાં તે અવ્યક્ત રૂપે છે. વસ્તુ માત્ર શક્તિ સ્વરૂપ છે.”

તકરાર ખૂબ વધી પડી. ન્યાયશાસ્ત્રે વચ્ચે પડવાના ઇરાદાથી કહ્યું: “ન્યાયના એક નિયમાનુસારે તમે બધા ખરા હોઈ શકોજ નહિ, જો કે બધા ખોટા હોઈ શકો. માટે આનું કંઈ નિરાકરણ આણવું હોય તો પ્રમુખ સાર્વજનિક સલાહ લો.”

આ સૂચના બધાને પમદ પડી ને બધા ગણિતશાસ્ત્ર તરફ દ્રષ્ટી. અધ્યક્ષ મહાશય તો આંગણના વેશ પર આખા વિશ્વની મજુરી કરવામા રોકાયા હતા. તકરાર સાંભળીને એમણે જવાબ આપ્યો. “જેમ એક ને એક જો—એ સત્ય દીવાની જ્યોત જેવું ચોખ્ખું છે, તેમ તમે બધા ખોટા છો એ ખુલ્લું જ જણાઈ આવે છે. તમારી બધાની મજુરીનો સરવાલો શૂન્યમાંજ આવે છે. કારણ કે વિશ્વનું અન્તિમ તત્ત્વ તો અંક સ્વરૂપ જ છે.

શાન્ત પડવાને બદલે આ લાગણુની બળતામાં ઘી હોમાયું. મોર્ટર કોવાહન મચી રહ્યો. વાજિમહ પરથી કો હાંસુદ્ધ પર ઉતરી પડ્યા. કોણ જાણે બીજી મહાભારતની લોકાઇ પણ જાગે! પરંતુ આ અતીતિમય આચરણથી યામતી નીતિદેવીનાં બચાં ચલ્યાં. સૌંદર્યદેવીની તો આ ભયંકર દેખાવથી લાગણુઓ દુઃખાઈ સ્ત્રી હૃદયને સુએ નેવી રીતે બધાને ચાત કરવાનો ઉપાય નીતિદેવીને તત્કાલ સુઝ્યો. “બાઇઓ,” એ સખ્દથી આગાધારક રીતે સંબોધન થયું, ને બધા સુપ થઇ ગયા. કારણ કે નીતિના-વચનનો જામ કરવો એ પાપજ દેહેવાય, એમ બધાં સમજતાં હતાં. “બાઇઓ, આપણે શા હેતુથી મળ્યાં હતાં ને થઈ શું? તમારા હુપદનું જ આ પરિણામ છે. તમારો અન્તર ચિયક એ જ તત્ત્વવિદ્યાનો વિજય મણાય: કારણ કે જ્યારે શાસ્ત્રોમાં કવદ થાય, ત્યારે તત્ત્વવિદ્યા જ સુકાદો આપે છે. ગણિતશાસ્ત્ર એના પોતાના જ્ઞાનમાં મરુદ્ધ છે, પણ તમારો ન્યાય કરવાની એનામાં ખુદ્ધિ નથી. એજ કરવામાં એ પોતાનો જ કંઠો ખરો કરવા જાય છે, એને બદલે જો તમે તત્ત્વવિદ્યા પાસે ગયા હોત તો એ એની શુભરૂપ જાણવાની પરીકાશુ શક્તિવડે, કાંઈને પણ વધી ન આવે એનો નીવેડો આણત. કારણ કે શાસ્ત્રોનાં સૂત્રોની પરીકાશુ કરવી એ જ.

એની ફરજ છે. તત્ત્વવિદ્યા પણ શાસ્ત્રમંડળમાંની એક છે. ફેર માત્ર એટલોજ કે એ સર્વમાં પહેલી છે. આપણું કામ થોડું ને અર્ચાદીન છે, તત્ત્વવિદ્યાને તો શાસ્ત્રોથી પણ આગળ જવાનું છે. આપણે જે સૂત્રો માની લીધાં છે, જેના પર આપણો પાયો રચાયો છે, તે ખરાં છે કે ખોટાં એ તત્ત્વવિદ્યાને શોધી કહાડવાનું છે. એનું કર્તવ્ય અન્તિમ સત્યનો અભ્યાસ કરવાનું છે. તમે જે એમ માનતા હો કે તત્ત્વવિદ્યાને સહેલાઈથી દુર કરી શકાય, તો તે તમારી મોટી ભૂલ છે. જ્યાં લગી સૃષ્ટિસૌંદર્યની ગહનતા, મનુષ્ય હૃદયમાં કંઈક અદ્ભુત લાગણી ઉત્પન્ન કરશે, ત્યાં લગી શ્રીમતી તત્ત્વવિદ્યા શાસ્ત્રોની રાણી રહેશે. તત્ત્વવિદ્યા એ વિશ્વની અઘૌઠિકતાથી ઉદ્ભવતી અજાયબીનું જ પરિણામ છે. જ્યાં લગી એ આશ્ચર્યની લાગણી ગાંધ નથી, ત્યાં લગી તત્ત્વવિદ્યા દુનિયામાંથી લોપ થશે નહિ અને જ્યાં લગી વિશ્વનું કોઈકું ઉકેલાયું નથી, ત્યાં આશ્ચર્ય પામતાં કોઈ અગ્રકશે નહિ. માટે તત્ત્વવિદ્યાની સામે કંઈ પણ દુશ્મનાવટ હોય તે મુખીને.

શાસ્ત્રોને શ્રીમતી નીતિદેવીના બોલ બસાવર લાગ્યા. પોતાની નાદાનીનું તેમને બાંધ થયું, ને “તત્ત્વવિદ્યાનો જય થાઓ.” એમ બોલીને સમા વિસર્જન થઈ. (વસન્ત)

## મુખ્યપરીક્ષાશાસ્ત્ર.

(અનુસંધાન ગતવર્ષના ૫૪ ૨૨૧ થી.)

(અનુવાદક:-તંત્રી)

ભોજન માટે ઉત્તમ વખત કયો છે ?

આ પ્રશ્નનો અત્રે વિસ્તારથી વિચાર કરવો જોઈએ. સામાન્ય રીતે એવો નિયમ કહી શકાય કે આપણને ક્ષુધા લાગે તે વખતે જમવું. પરંતુ સવક્ર માટે આપણા આહારાદિનું શરીરવર્ષ માટે નિયમન કરવું જરૂરનું છે. કારણ કે તેવો નિયમ ન રાખ્યો હોય તો ગમે તે વખતે આપણને ક્ષુધા લાગે ને આપણે ભોજન કરવું પડે. ધણી લોકોનો આહાર વિહારાદિ આપાર સહિના નિયમને છોડીને હોય છે, તેથી તેમને બળતીજ વખતે ક્ષુધા (જૂખ) લાગે છે, અને તેમની ક્ષુધા પણ જોઈએ તે કરતાં જરૂરી બળવાન હોય છે. ખીજાં પ્રાણીઓની રીતિતે જેતાં આપણને એવું માન્ય પડે છે કે તેમને ક્ષુધા ધણું ફરી સવારમાં ધણી લાગે છે, અને આહારનો મોટો ભાગ તે સવારમાં ખાઈ જાય છે. આમ કેમ થાય છે તેનું એક યોગ્ય કારણ છે અને તે કારણનો સર્વ સાથે સંબંધ છે.

દિવસનો પૂર્વ ભાગ, અને પાછલો ભાગ અથવા સવારથી બપોરના બાર વાગના સુધીનો એક, અને બાર વાગ્યા પછીથી તે સાંજના છ વાગતા સુધીનો એક, એવા બે ભાગ છે. આ બેમાંથી પહેલા ભાગમાં પ્રાણી માત્રના શરીરમાં ફૂંચીયારી અને બળ અધિક હોય છે, અને બીજા ભાગમાં, અંગમાં બળ અને ફૂંચીયારી ઓછી થતી જાય છે. આ બે ભાગ પૈકી પ્રથમ ભાગનો સવારના ૬ વાગતાં પ્રારંભ થાય છે. આજ વખતે સચિતા બળવાન

(સન્નિવેશ કરવું. અર્થાત્ સવિતા ઐતરે પ્રાણી માત્ર અને વસ્તુ માત્રને ઉત્પન્ન કરનારો દેવ) પોતાના ઉજ્જવલ કિરણોથી સર્વ જીવ માત્રને ગમ્ય કરીને તેમને પોતપોતાના વ્યાપારમાં પ્રવૃત્ત કરે છે. પ્રાતઃકાળના સૂર્યના મદ (ધીમા) તાપથી પાકને અને ઝાડને કેટલો કાયદો થાય છે એ ધણા બેઠુતોને માણ્ય છે. જે ઝાડોને સવારમાં સૂર્યના ઉજ્જ કિરણ મળતાં નથી તેને ક્ષો ધણા આનતાં નથી, કૌંસ કોષ કોષ વખત ખીનકુવ આવનાં નથી જે ઝાડના એક ભાગને સવારના સૂર્યનો તાપ મળે છે, તે ઝાડના તે તરફના ભાગને ધણા પાન કુવ કે ક્ષો આવે છે. માણુનેલી સ્થિતિ પણ ઝાડ પ્રમાણે જ છે. જે પ્રમાણે ઝાડ ઉપર પરિણામ થાય છે તેજ પ્રમાણે માણુસો ઉપર પણ સૂર્યનાં કિરણોનો પરિણામ થાય છે. કોષ માણુસ જે સુદિના નિયમને અનુસરી મનારમાં વહેલાં ઉઠીને ખુટી ઠવામાં ફરશે તો સૂર્યનાં પ્રાતઃકાળનાં કિરણોના તાપથી મન ઉપર અને શરીર ઉપર કેટલો બધો ઉત્તેજક અને સુખપ્રદ પરિણામ થાય છે તેનો તેને લાભમેજ્જ અનુભવ થશે.

સૂર્ય માથા ઉપર આની પશ્ચિમ તરફ નમવા લાગે એટલે આગળ કહી ગયા પ્રમાણે દિવસના બીજા ભાગનો આરંભ થાય છે. આ કાળમાં પ્રાણી માત્રના અંગમાંથી હુંથીયારીને શક્તિ કમી થવા માંડે છે, અને સંધ્યાકાળ થઈ એટલે ચારે દિશામાં શાન્તિ પ્રસરે છે અને સર્વને નિદ્રા રૂપી વિશ્રાંતિ માટે ઉત્કટ ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે.

આ બે કાળમાંથી પૂર્વકાળમાં આપણા શરીરમાં હુંથીયારી વિશેષ હોય છે, અને શરીરના મૂર્ધ વ્યાપાર આ વખતે જોરથી ચાલતા હોય છે. શરીરમાં પાચનશક્તિ પણ સવારમાં બળવાન હોય છે, ત્રીજા પહોરે તેનું બળ ધણું કમી થાય છે, અને સંધ્યાકાળે તો અત્યંત મદ હોય છે. માટે આપણે બોજન કરવાનું તે ધણું કરી સવારના છ વાગના પછી અને ચાર વાગતા પહેલાં કરવું જોઈએ. ત્રીજા પહોરે બોજન કરવું હોય તો વિચારપૂર્વક પચન થઈ શકે તેટલુંજ કરવું. રોગી અને અશક્ત માણુસે આ નિયમનું કાળક્રથી પાલન કરવું જોઈએ.

હવે કેટલાંક માણુસો એવી શંકા કરશે કે માલ માણુસોને સવારમાં સારી ભૂખ લાગતી નથી ત્યારે તેમનાથી ભૂખ લાગ્યા સિવાય શી રીતે બોજન થઈ શકે? પરંતુ એમ થવાનાં બે કારણ હોય છે. એક તો અશક્ત પચનદ્રિષ્ટિ, અને બીજું અથોરપ વખતે બોજન કરવાની ટેવ. રાત્રિએ બોજન કરતી વખતે પ્રકાર માટે ઘાસતેલ જેવા સાંધા અને ખરાબ તેવના કિંવા ગેસલાઈટ કે વિદ્યુત જેવા દીવાના પ્રકાશનાં સાધનો આપણને અત્યાશના સુધરેલા જમાનામાં પ્રાપ્ત થયાં છે. આ વાત એક પ્રકારે સારી છે, પરંતુ તેનાથી આપણને કોઈ પ્રકારનું નુકસાન છે કે નહિ એ પણ વિચાર કરવા સરખું છે. કારણુ આ પ્રકાશના સાધનના ખર્ચ ઉપર આપણે રાત્રિનો દિવસ કરીને દિવસે કરવાના પ્રયત્ન વિદ્યોગ રાત્રિએ કરીએ છીએ; અને તેની આપણે આપણી પ્રકૃતિને ધણુંજ નુકસાન કરીએ છીએ. પાશ્ચાત્ય રેશોમાં હાલમાં ચાનતાં સંસ્કૃતિના વ્યાપિઓ ઘણા વધી ગયા છે તેનું કારણુ દિવસનાં કામો રાત્રે કરવાની આ સુધરેલા દેશોમાં સોડોને ટેવ પડેલી હોય છે તે છે. ચાનતાં સંસ્કૃતિ વિકાસનું મુખ્ય કારણુ જે પૃથ્વ્ય (પાછના ભાગનો) મળસંચય તે મીઠા, ખાનીયો, ત્રાસ, બેડકા, નાટકો, સીનેમા, પ્રામ ઇત્યાદિ વાતો અને આદાર વિકારના અન્ય પ્રકાર રાત્રે કરવાથી વિશેષ કરીને થાય છે.



આપણામાં ધણા લોકોને મોડી રાતે જમવાની ટેવ પડેલી હોય છે, અને કેટલાક મોજ-શોખવાળા લોકોમાં તો રાતે ૯ કિંવા ૧૦ વાગતાં મીઝવાનીઓ થાય છે. આવી રીતે મોડી રાતે ખાધેલા અન્નનું બરાબર પચન થતું નથી. મોડી રાતે જમવાથી પચનદ્રિય પર એટલો બધો બોજો પડે છે કે અન્ન પચનનું કામ સવારે થોડું પણ બાકી રહેલું હોય છેજ તેથી સવારે બરાબર જૂખ લાગતી નથી. મિત્રાય રાત્રે પેટમાં ન પચેલું અન્ન શિવક રહેવાથી ગાઢ નિદ્રા પણ આવતી નથી, અને સવારમાં સારી હુંધીયારી પણ જણાતી નથી.

જો આપણામાં થોડા પણ મનોનિમ્મલ હોય તો આવા પ્રકારની સર્વ ટેવ આપણે બદલી સ્પષ્ટીએ છીએ. જે લોકો માંદા હોય છે તેમને જો પોતાનું આરોગ્ય જલદી પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા હોય તો તેમણે મનોનિમ્મલ કરીને આવી ટેવ છોડી દેવા માટે યત્ન કરવો જોઈએ.

પોતાને સવારમાં ક્ષુધા (જૂખ) લાગે એવી જોને ઇચ્છા હોય તેણે રાત્રે એક બે દિવસ બીલકુલ જમવુંજ નહિ; અગર જમ્યા પગર નગ ચાલે તો નામનું જ જમવું એટલે થોડું જમવું. આમ કરવાનું પ્રથમ દિવસ લાગશે, અગર કેટલાકને તો પ્રથમ રાતે જલદી જોઈએ તેવી નિદ્રા પણ આવશે નહિ. પરંતુ થોડાજ વખતમાં તે ટેવ બદલાઈ જશે સિવાય એ પણ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે સવારે વહેલા ઉઠવાની ટેવ રાખવાથી રાત્રે એવી મેજે ઉપ આવશે.

સવારથી તે બપોરના બાર વાગના સુધી આપણા શરીરમાં સ્વાભાવિક પણ ધણીજ હુંધીયારી હોય છે. માટે આજ વખતે આપણે આપણા ઉદાગ્રનો ધણો ખર્ચ ભાગ કરી લેવો જોઈએ. આજ પ્રમાણે મનુષ્યના આયુષ્યમાં પણ મહત્વની એક વાત વંચિત્વ કરવાનું કામ પણ આજ વખતમાં કરવું જોઈએ. આ વખતે અંગમાં બળ અને હુંધીયારી સારી હોવાથી મનની સર્વ કૃતિઓ પણ બળવાન હોય છે. તેથી સ્ત્રી પુરુષનો સંબંધ પણ આજ વખતમાં યથોપદ છે. આ કાળમાં થએલા સંબંધથી, રહેલા ગર્ભથી ઉત્પન્ન થનારી સંતાતિ તંદુરસ્ત અને હુંધીયાર થાય છે. સ્ત્રી પુરુષના સમાગમથી થએલી સંતાતિ ઉપર પણ કાળનો પરિણામ થાય છે એવી જ્યારે વસ્તુ સ્થિતિ છે ત્યારે થોડા કાળજી સંબંધ કરવો એ સ્ત્રી પુરુષનું કર્તવ્ય છે. પ્રાતઃકાળમાં શરીરમાં તાકાદ જલસી હોય છે તેનું એક પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ એ છે કે જે લોકોને અન્ય વખતે સંબંધ દરવાથી સંતાતિ થતી નહોતી એવા લોકોને પ્રાતઃકાળમાં સંગમ દરવાથી સંતાતિ થએલી છે \* એજ પ્રમાણે રાત્રિએ સંગમ કરવા એ અનિષ્ટ છે એ વાત પણ વાંચક વંચે લક્ષમાં રાખવી જોઈએ. કારણ કે રાત્રિના પહેલા ભાગમાં, અંગમાં તાકાદ કમી હોય છે, અને દિવસે શ્રમના અને કાળજી-વાળાં કામ કરીને, કિંવા માનસિક શ્રમ કરીને, શરીર થાકી ગયેલું હોય છે. નિદ્રાનો ભંગ કરી શરીરને નિર્જળતા આવે તેનું કામ (સંગમ) કરવું તે શરીરને બહુ યુગ્મ નુકસાન કરવા જેવું છે. સિવાય આ સર્વ બાબતોના આગળ રહેનારા ગર્ભ ઉપર નુકસાન કારક પરિણામ થાય છે. આવી રીતે આપણા વર્તનનો પરિણામ

\* આપણાં આર્યસાત્રીમાં પાઠવી વાર ઘટિકા રાત્રિ રહે તે વખતે કહી શોચ મૂખ-માર્ગતા-દિધી પરવારી સધ્યા પૂર્વદિ નિત્ય કર્મ કરવા કહેલું છે. એટલે તેટલી રાત્રિ પહેલાંના વખતજ આપણા દેહના લોકો માટે થોડા ગણાય. કારણ બ્રહ્મસુદર્શનમાં સ્ત્રી પુરુષનો સમાગમ ધવો ઉપ નથી.

આપણી સંતતિ ઉપર થાય છે, એમ સમજાયા પછી આ માર્ગનો ત્યાગ કરવો એવી ધમ્મા કાને નહિ થાય ? પુરુષ જે સ્ત્રીસમૂહ પાછોથી શત્રુએ કરશે તો તેની પ્રેરૂતિમાં રહેલા દોષોથી પણ તેની સંતતિને નુકસાન થવાનો સંભવ કમી થશે. ગર્ભધારણ વખતે પુરુષની જેની રિયતિ હશે તે પ્રમાણે આગળ થનારી સંતતિ સારી કિંવા નફારી થશે. આ વાતનું પ્રમાણ એ છે કે દારૂની નિશામાં બાપ હોય તે વખતે ગર્ભધાન ક્રિયા થાય તો તે ગર્ભથી ઉત્પન્ન થનાર બાળક મંદ બુદ્ધિનું જ નિષ્પન્ન છે. શક્તિના કાળ અને ગ્લાનિના કાળને અનુસરીને આહાર વિહાર અને વિશ્રાંતિ લેવાનો નિયમ રાખવાથી આપણા શરીરમાં બળ અને દૃઢીયારી સારી રહેશે. સારાંશ એ કે મહત્વનો શ્રમ અને મુખ્ય કરીને ભોજન એ બે વાના આપણાથી બની શકે ત્યાં સુધી દિવસના પૂર્વ ભાગમાં જ કરી લેવા જોઈએ. અને શ્રમનું પ્રમાણ દિવસના ઉત્તરાર્ધમાં કમી કમી કરતા જવું, અને સાયંકાળ થઈ ગયા પછી શ્રમ બંધ કરીને નિદ્રારૂપી વિશ્રાંતિ લેવી.

ત્રીય રોગનું જે ર દિવસના ઉત્તરાર્ધમાં જ હોય છે. દારણ આ વખતે ગ્લાનિનો હોવાથી આ વખતે શરીરથી રોગનો પ્રતિબંધ બહુ યથા શક્ય નથી. જપર સાયંકાળની સુમારમાં થવો ચઢે છે તેનો ધણા લોકોને અનુભવ હશેજ. એનું દારણ એ હોય છે કે આ વખતે શરીરનું સર્વ વ્યાપારમંદ પડેલા હોય છે. તેથી જવરને પોતાનું બળ અજમાવવાનું ફાવે છે. દિવસ પ્રમાણે આખા વર્ષમાં પણ દૃઢીયારી વધારનારા અને કમી કરનારા એવા બે કાળ કહેલા છે.

જે પ્રમાણે દિવસના ઉપર કલા પ્રમાણે બે ભાગ છે તે પ્રમાણે સંપૂર્ણ વર્ષના પણ બે ભાગ છે. આ ભાગને વાગ્મહર્મા વિસર્ગકાલ અને આદાનકાળ એવી સંજ્ઞા આપી છે. તેનું વર્ણન વાગ્મહર્મા નીચે લખ્યા પ્રમાણે કરેલું છે.

માસૈર્દિ સંસ્થૈર્માવાયૈઃ ક્રમાત્પદ્ ક્રતવઃ સ્મૃતાઃ

શિશિરોથ વસંતથ ગ્રીષ્મ વર્ષાશરદ્ધિમાઃ ॥ ૧ ॥

શિશિરાઘાતિ મિસ્તૈસ્તુ વિદ્યાદયન મુત્તરમ્ ।

આદાનંચ તદા દત્તે તૃણાં પ્રતિદિનં વલ્લમ્ ॥ ૨ ॥

માર્ગશિર્ષ માસથી પૌષ માસ સુધી એમ દરેક બે માસની ૭ રતુઓ છે તે અનુક્રમે શિશિર, વસંત, ગ્રીષ્મ, વર્ષા, શરદ, અને હેમંત એ રીતે છે. શિશિરાદિ ત્રણ રતુ ઉત્તરાર્ધન થાય છે અને તેને આદાન કાળની સંજ્ઞા છે, દારણ તે વખતે સૂર્ય ભગવાન મનુષ્યના બળનું પ્રતિદિન આકર્ષણ કરે છે. વર્ષા, શરદ અને હેમંત એ ત્રણ ઋતુમાં દક્ષિણાયન થાય છે. આ ઋતુ વિસર્ગ કાળની છે-દારણ આ ત્રણ ઋતુમાં પ્રાણી માત્રમાં સૂર્ય ભગવાન બળની શક્તિ કરે છે-( ડૉ. ગર્દકૃત સાર્વવાએદ સૂરયવાન અધ્યાય ૩ ને ). આ પ્રમાણે વર્ષના જે બે ભાગ ઉપર કલા છે તે પૈકી પ્તિન ભાગનો આરંભ શુનતા મધ્ય ભાગથી થાય છે. આ સુમારમાં મનુષ્ય માત્રને સ્વાભાવિક ઉષ્ણમ વિશેષ હોય છે. માટેજ આ કાળમાં ધણું કરી બધાં રાજ્યોમાં તેના અભિનંદન માટે ધણા તહેવારો નીમી ગણ્યા છે. નાગ પંચમી, નાલીએરી-પુનમ, બજેવ, ગણપતિ ચોથ હલાદિ તહેવારો પ્રારંભ આ કાળમાં જ થાય છે, આ બે ભાગનો મધ્ય ભાગ ડીસેમ્બર માસના સુમારમાં હોય છે. આ માસમાં રેલમાં

ટાકતું જોર વિશેષ હોય છે, પરંતુ માણસના અંગમાં બળને હુલીયારી ધણી હોય છે. પછી આ કાળની પરમાવધિ ( અંત ) વસંત ઋતુમાં આવે છે. આ કાળમાં સર્વ સજીવ સૃષ્ટિમાં વિશેષ બળ જોવામાં આવે છે. આ જ કાળમાં કેટલાંક જાડને મોર કળાયો આવે છે. તેજ પ્રમાણે જનાવરોને પણ મદ અદે છે. ખુબીમાં પણ આ જ કાળમાં વિશેષ વાસ હોય છે. મોગરા, ચમેલી, શુભાળ, આદિ કેટલીક જાતનાં ફુલોને ઉન્હાળાના પ્રારંભમાં ફિવા વસંત ઋતુમાં જેટલા, બહારથી મુગસ આવે છે તેટલો બીજા કોઈ પણ કાળમાં આવતો નથી. સિવાય એવો પણ અનુભવ થયો છે, કે આ વિસર્ગ કાળમાં ( શરદ ઋતુમાં ) જાડને કાષ્ઠું હોય તો તેનું લાકડું સારું ટકાઉ નીવડે છે પણ તેજ જાડને જો આદાનકાળમાં કાષ્ઠું હોય તો તેનું લાકડું વધારે વખત ન ટકતાં તે જલદી સળવા લાગે છે.

સૂર્ય ભગવાનની ઉત્તર તરફ જવાની સીમા પૂરી થઈ તે દક્ષિણ તરફ જવા લાગે એટલે આદાનકાળનો પ્રારંભ થાય છે. આ કાળમાં સર્વ પ્રાણીઓમાં શૈથિલ્ય આવે છે. જાડ પણ વધી શકતાં નથી, અને તેને ફુલો પણ કમી આવે છે. વિસર્ગકાળ કરતાં આ આદાનકાળમાંજ જ્વર, કોલેરા, ઇત્યાદિ રોગો વધારે થાય છે. કારણ આ કાળમાં શરીરમાં બળ કમી હોવાના કારણથી રોગ અટકાવવાનું બળ શરીરમાં હોતું નથી, તેથી રોગનું શરીર ઉપર વિશેષ બળ આસે છે.

દિવસનો અને વર્ષનો વિસર્ગકાળ અને આદાનકાળ એવા જો બે ભાગ ઉપર કઢી ગયા તેમાં તેના ધર્મ પ્રમાણે બળદાયક અને બળનાશક એવાં નામો પાડવામાં આવ્યાં છે.

ઉષ્ણકટિબંધના પ્રદેશમાં સૂર્યના સ્થાનાન્તરમાં ધણી દરક પડતો નથી તેથી સૂર્યના સ્થાનાન્તરથી નિષ્પન્ના પરિણામમાંથી પણ ધણી દરક પડતો નથી. પરંતુ આ પ્રદેશમાં ચંદ્રમાનો પરિણામ પ્રકૃતિ ઉપર વિશેષ થાય છે. દિવસના બળદાયક એવા બે ભાગ છે, તેજ પ્રમાણે ચંદ્રના સર્વમાં પણ શુકલપક્ષ અને કૃષ્ણપક્ષ એવા બે ભાગ છે. એટલે દિવસના પૂર્વાર્ધ પ્રમાણે કૃષ્ણપક્ષ (વદપક્ષ) છે અને ઉત્તરાર્ધ પ્રમાણે શુકલપક્ષ (સુદપક્ષ) છે. આને માટે એવો અનુભવ છે કે શુકલપક્ષમાં એકાદ જાડને કાષ્ઠું હોય તો તેનું લાકડું વધારે વખત ન ટકતાં સળવા લાગે છે, પરંતુ જો તે જાડ કૃષ્ણ (વદ)પક્ષમાં કાષ્ઠું હોય તો તેનું લાકડું ઘણું ટકણું, સારું, અને ટકાઉ નિવડે છે.

સૂર્યની સ્થિતિમાન પ્રમાણે આનું પરિણામ કેમ થાય છે એ બાબતના કારણ સંગ્રહે કુંહો લખે છે કે જો આ ચમત્કારના કારણ વિષે મેં એક કથનના બેસારી છે પરંતુ તે બરાબર છે કે નહિ તેનો નિર્ણય હવે થઈ થવાનો છે—હમણાં તો એક કેવળ કથનાજ એ એમ સમજી તે હું વાંચકવર્ગે આગળ મુકું છું.

દિવસ અને રાત, તેમજ શિયાળો અને ઉનાળો, એજ પ્રમાણે વિસર્ગે અથવા બળદાયક કાળ અથવા આદાન એટલે બળકારક કાળનું કારણ સૂર્ય અને પૃથ્વીની ગતિજ છે. આપણામાંથી ઘણાની સમજણ એવી છે કે ઉષ્ણતા અને પ્રકાશ એ બનેવાનાં આપણને પ્રત્યક્ષ રીતે સૂર્ય પામેથી મળે છે. પરંતુ (કુંહો કહે છે કે) આરા મતે આ સમજણ ભૂલ બરેલી છે એમ મતે લાગે છે. સૂર્યમાં દેખાતું તેજ એ પૃથ્વીની ગતિથી ઉત્પન્ન થતો વિદ્યુતનો પરિણામ હોયો જોઈએ. હવે એમ પણ હોઈ શકે કે પૃથ્વીની ગતિથી (ઉત્પન્ન થનાર વિદ્યુત પ્રવાહથી) ઉત્પન્ન થએલાં અદ્ભૂત તેજમાંથી આપણા તરફ આવતાં તેનાં કિરણ સાથે સૂર્યમાંથી ઉત્પન્ન થતાં

કંઈ વિદ્યુત કિરણો પશુ આવતા હશે. પૃથ્વી ફરતી છતાં તેના પૃથ ભાગનું આ કિરણો સાથે ધર્પણ થાય છે અને તેથી ઉષ્ણતા અને પ્રકાશ ઉત્પન્ન થાય છે; અને તે ચારે તરફ ફેલાઈ જાય છે. આ પ્રમાણે વસ્તુસ્થિતિ નહોતાં પ્રકાશ અને ઉષ્ણતા ખરેખર જો સૂર્ય પાસેથી આવતાં હોય તો આપણે જોમ જોમ જમીનથી ઉઠ્યા પ્રદેશમાં જઈએ છીએ તેમ તેમ સૂર્યને પ્રકાશ અને તેની ઉષ્ણતા આપણને ઉત્તરોત્તર કમી થતી કેમ લાગે છે? જો લોકો વિમાનમાં બેસીને ઉચ્ચ પ્રદેશમાં જાય છે તેમને અનુભવ પશુ ઉપર પ્રમાણે જ છે. ઉષ્ણતા અને પ્રકાશનાં કિરણ સૂર્યમાં આવતા હોય તો તેનો પરિણામ ચારે દિશામાં સર્વેત્ર સરખો આવશે જોઈએ. એટલે ઉષ્ણતાનું માન જમીનની સપાટી ઉપર અને ડુંગરના શિખર ઉપર પશુ સરખું જ હોય જોઈએ. હવે ઉચ્ચ પ્રદેશમાં હવા ઠંડી હોવાથી ત્યાં ઉષ્ણતા જણાતી નથી એમ કેમ શંકા કરે તો તેને એટલેજ પ્રશ્ન છે કે પૃથ્વી ઉપરની હવાને ઉષ્ણતા લાગવાથી જ્યારે પૃથ્વી ઉપરની હવા ઉષ્ણ થાય છે તો પછી ઉચ્ચ પ્રદેશની હવામાં થઈ સૂર્યનાં કિરણો પસાર થાય છે ત્યારે ઉચ્ચ પ્રદેશની હવા કેમ ઉષ્ણ ન થાય? હવે ઉષ્ણતાને પ્રકાશ પૃથ્વીની ગતિથી ઉત્પન્ન થાય છે એમ માનીએ તો પશુ એ તો સ્પષ્ટ છે કે જો જગોએ પૃથ્વીની ગતિ અને તેનાથી થનાર ધર્પણ ધણું જળવાન હોય ત્યાં પ્રકાશ અને ઉષ્ણતા વધારે હોના જોઈએ. એવા પ્રદેશ, એટલે ભૂમધ્ય રેખા પાસેના પ્રદેશ, અથવા ઉષ્ણ કટિબંધનો પ્રદેશ છે. આ પ્રદેશમાં ઉષ્ણતા અને તાપ વધારે હોય છે એ વાન આપણને પ્રત્યક્ષ અનુભવથી જાણવામાં છે. મુવના પામેના પ્રદેશમાં પૃથ્વીની ગતિ અને સૂર્યના કિરણો સાથેનું ધર્પણ આ જમીન પાસે અમાવજ છે તેથી ત્યાં અત્યંત ઠંડક રહે છે. મુવની પાસેના પ્રદેશમાં જો ઉષ્ણ હવા ન જતી હોત તો ત્યાં આદિનાં કરતાં જરૂર ઠંડક પડતી હોત. આજ તત્ત્વ ઉપર પૃથ્વી પર ઉષ્ણકટિબંધ એક તથા સમશિતોષ્ણકટિબંધ તથા શિતકટિબંધ જાગે શા માટે છે તે સમજી શકાય તેમ છે.

આ ક્રિયા કેવી રીતે થાય છે તે ચાકુ અગર અતરસા ઇત્યાદિક ધારવાળાં શસ્ત્રને ઉનારનાર સરાણીયાના ચાકથી સ્પર્શ થશે. ચાકના પાનને તે ફરતા ચાકની ગતિની વિરુદ્ધ ચાકની ધારને ચારાડી રાખવાથી તે ચાકનું ધર્પણ જોરથી ચાકના પાનને થાય છે, પરંતુ તેજ પાનની ધાર ચાકની ગતિની દિશા તરફ ધરવાથી તો તે ધર્પણ તેટલા જોરથી થશે નહિ. આજ પ્રકારની સ્થિતિ પૃથ્વીના ફરવા અને સૂર્યના કિરણના સંબંધમાં છે.

પૃથ્વી એ વિદ્યુતનાં ઉત્પન્ન કરનારા ચાક પ્રમાણે છે, એમ કહીએ તો ચાલે. એ વસ્તુ ચાક જો પ્રમાણે બધા ઉપર ધસાય છે તે પ્રમાણે પૃથ્વીનું સૂર્યનાં કિરણો સાથે ધર્પણ થઈને તેમાંથી વિદ્યુતશક્તિ પૃથ્વીને પ્રાપ્ત થાય છે.

ઉપરની કલ્પના ઉપર કેટલાક એવી શંકા તેજે કે ઉષ્ણતા અને પ્રકાશ જરૂરથી કે કમી થવાનું કારણ આવા પ્રકારનું છે તો મધ્યાન્ધ એટલે જાગેરના બાર વાગ્યાનો વખત કરતાં ૨-૩ વાગ્યાની વખતે ઉષ્ણતા કેમ વધારે હોય છે? એમ થવાનું કારણ એ છે કે પહેલાં ઉત્પન્ન થયેલી ઉષ્ણતા પૃથ્વી ઉપર સત્ત્વ થઈ રહેલી હોય છે અને તે ઉષ્ણતાનું બળ નવીન ઉત્પન્ન થનારી ઉષ્ણતા ઉપર પડે છે. એટલે એકંદર ઉષ્ણતા પહેલા કરતાં અધિક અધિક થાય છે.

“પૃથ્વીના વેગની ગતિનો પણ આપણા ઉપર પરિણામ થાય છે એમ જણાય છે. દિવસના પૂર્વ ભાગમાં એટલે દિવસના મધ્યાહ્નિકાળ સુધીમાં પૃથ્વી વેગથી ફરતી હોય છે. તેની વિરૂદ્ધ દિશામાંથી આવતાં સૂર્યનાં વિદ્યુતજનક કિરણો સાથે ધર્પણ થાય છે અને તેથી અપર્જિકાળ ( દિવસના પાછલા અરધા ભાગ ) કરતાં પૂર્વાર્જિકાળ ( દિવસના પ્રથમ અરધા ભાગમાં ) પ્રાણી માત્રને હુશીયારી ને બળ વધારે હોય છે માટે મર્વે મનુષ્યે દિનચર્યા આ તત્વને અનુસરી કરવી.

જે પ્રમાણે બપોરના બાર વાગ્યા પછી પણ ઉષ્ણતાતુ જોર કંઈ વખત સુધી હોય છે તેજ પ્રમાણે દિવસના પૂર્વાર્ધમાં આપણા અંગમાં રહેલું બળ અને ઉત્સાહ કંઈ વખત સુધી ટકી રહે છે.

સામાન્ય રીતે ત્રીજો પહોર થતાં સુધી આપણા અંગમાંની હુશીયારી કમી થએલી જણાતી નથી. આપણા અંગમાં સવારે જે હુશીયારી હોય છે તેમાં અને ત્રીજા પહોરમાં આપણા અંગમાં હુશીયારી હોય છે તે બેની વચ્ચે કેટલો અંતર હોય છે વાર ? સવારમાં અંગમાં હુશીયારીને બળ વિશેષ હોય છે તેનું કારણ રાત્રે આવનારી નિદ્રા અને વિશ્રાંતિ છે એમ કોઈ કહેશે તો તે તેની ચૂક છે. કારણ એમ હોય તો બપોરે સારી ચોંટ ઉપ લીધા પછી સવારના પહોરમાં જેવું બળ અને હુશીયારી હોય છે તેવું બળ અને હુશીયારી આવતી નથી એ આપણા સમજવામાં છે. મારી સમજણ પ્રમાણે એનું કારણ, અને પ્રકાશ તથા ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થવાનું કારણ, એ બંને કારણ એકજ છે. આવી સ્થિતિ છતાં કુદરતના નિયમ વિરૂદ્ધ વર્તન કરવું એ મોટો અપરાધ નથી શું ?

હવે ફરી એજ કહું છું કે ઉપર જે મેં કંઈ કહ્યું છે, તે કેવળ એક તર્ક દિવા કરવાની કરીને કહ્યું છે. આમ કરવાનો હેતુ એ છે કે દર્શાવિત આ પ્રતિપાદન વાચીને કોઈ આ વિષય સંબંધી વિચાર કરીને આ વાદના ખંડન અથવા મંડન માટે કંઈ નવીન પ્રમાણ મોઢી કાઢી પ્રયત્ન કરે.

### રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રની દ્રષ્ટિથી મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો વિચાર.

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં મસ્તકનો આકાર જેનું મનુષ્યની બુદ્ધિ અને સ્વભાવની પરીક્ષા કરવામાં આવે છે તેથી આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રનો અને મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો શો સંબંધ છે એ વિશે આ સ્થળે બેચાર વાજ્ઞ કહેવાનું ઉચિત લાગે છે.

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં એવી વાત મદ્ય કરવામાં આવી છે કે ગગનનો વિવિક્ષિત ભાગ એ બુદ્ધિના અને મનના વિવિક્ષિત ગુણ અને ધર્મનું સ્થાન છે. આ ઉપરથી એવો સિદ્ધાંત આવ્યો છે કે માથાના વિવિક્ષિત ભાગની વિશેષ શ્રદ્ધિ થઈ હોય તો તે મનુષ્યમાં વિવિક્ષિત ગુણ હોવા નોંધાયે.

હવે મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રનો પામેો સર્વોચ્ચ શુદ્ધ છે કે નહિ તે પ્રશ્ન આપણે છોડી દઈએ તો પણ આપણે એટલું તો કહી શકીએ કે માથાના આકારમાં વિશિષ્ટ ફેરફાર થતાં બુદ્ધિ ને સ્વભાવમાં પણ તે પ્રમાણમાં કંઈ પણ ફેરફાર થવા સિવાય રહેતો નથી.

નિરાર્ગી મનુષ્યના મગજની સ્થિતિ સામાન્યતઃ એવા પ્રકારની હોય છે કે તેની

મર્મ બાગની શક્તિ સરખી રીતે થયેલી હોય છે. અને તેની શુદ્ધિના સર્વ ધર્મ સરખા પ્રમાણમાં હોય છે. પરંતુ જ્યારે મગજના એકાદ ભાગનું પોષણ ઇતર ભાગ કરતાં ઘટતી થાય છે ત્યારે શુદ્ધિના એકાદ ભાગનો વિકાસ અન્ય ભાગ કરતાં વિશેષ થાય છે. વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો એવો ધર્મ છે કે જે ઇન્દ્રિયમાં તે જાય છે તે ઇન્દ્રિયમાં પ્રથમ વિશેષ ચાલારી ઉત્પન્ન થાય છે. આ વાત જે છોકરાંનાં મસ્તકમાં નાનપણમાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યનો પ્રવેશ થાય છે તે છોકરાં નાનપણમાં વિશેષ ચાલારી અને શુદ્ધિવાન જણાય છે તે ઉપરથી સાબીત થાય છે. તથાપિ આ વિજ્ઞાતીય દ્રવ્યથી તે ઇન્દ્રિયના વિકાસને આગળ જતાં પ્રતિબંધ થાય છે. અનુભવ ઉપરથી એમ કહી શકાય છે કે જેમના શરીરમાં પુરસ્કાય ( આગળના ભાગમાં ) મજાસંચય હોય એવા લોકોમાં સામાન્ય રીતે ખરોચકાર, શ્રદ્ધા, આશા, ઇત્યાદિ ગુણ વિશેષ જોવામાં આવે છે. કારણ મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રના મત પ્રમાણે આ ગુણનું સ્થાન મગજનો આગળનો ભાગ છે. તેજ પ્રમાણે જે લોકોના શરીરમાં કેવળ આગલા ભાગમાં સંચય વિશેષ હોય છે તે લોકોને મંદગામાં મળી જવાનું બહુ આવડે છે, અને લોકમત ફેરવવાની કળા પણ તેવાજ લોકોમાં વિશેષ હોય છે. તેનાથી ઉલટી રીતે એવું છે કે જે લોકોને પૃથ્થક ( પાછલા ભાગમાં ) સંચય હોય છે તે લોકોને જે ધર્મમાં લોકો સાથે પોતાનો વિશેષ સંબંધ હોય એવો ધર્મ કે ઉદ્યોગ કાવતો નથી. અને કંઈ અનિવાર્ય કારણથી આવો ધર્મ કે ઉદ્યોગ કરવાની તેમને જરૂર પડે તો તેમના જીવને એ ધર્મો જોઈએ નહિ એવું લાગ્યા વિના રહેતું નથી.

કેટલાક લોકોના માથાના એકજ ભાગનો વધારો વિશેષ થવાનાં ઉદાહરણો મસ્તક સામુદ્રિકશાસ્ત્રજોના જોવામાં આવે છે, પરંતુ તેમ થવાનાં વિશેષ કારણ શાં છે તે તેમના જાણવામાં નથી. તથાપિ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર ઉપરથી તેમને સમજશે કે ઉપરની વાતનું કારણ શરીરના તો તે ભાગમાં સંચય થએલાં વિજ્ઞાતીય દ્રવ્ય છે. મગજમાંથી આ દોષ નીવારવાનો માર્ગ કહીએ તો એ દ્રવ્યોને શરીરમાંથી કાઢી નાંખવાં એજ છે. જે લોકોને મગજની એકદેશીય શક્તિથી ખિન્નતા, નિસ્તેષાઈ, આત્મહત્યા કરવાની ઇચ્છા, ઇત્યાદિ માનસિક વિકાર હોય છે, અને જેના પડ વિકાર વજાર પ્રવળ હોય છે, એવા લોકોએ ઉપરના માર્ગનું અવલંબન કરવું એ વાત અત્યંત મહત્વની છે. આવા પ્રકારની સ્થિતિ થવાનું કારણ આપણા ખાનપાનની અને રહેણી કરણીની રિતમાત્રજ છે. આવા લોકોએ એ વાત હક્કમાં રાખવી જોઈએ. આપણા આહાર વિકારમાં યોગ્ય સંધારણા આપણે કરીએ તો એ દોષ દૂર થઈ શકે છે, એ વાત સમજી લોકોએ ધ્યાનમાં રાખી તે પ્રમાણે લોકશાસ્ત્રમાં મુકવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.



## વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર.

( લેખક:—ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ. ઈ., એન. ડી. )

( અનુમંધાન ચાલુ વર્ષના પૃષ્ઠ ૬૨ થી )

૬૦. પ્રશ્ન:—અજવાળામાંથી અધારામાં એકદમ જતાં ત્યાં આંખે દેખાતું નથી, પણ પછીથી ધીરે ધીરે દેખાવા લાગે છે. આમ શા કારણથી થાય છે ?

ઉત્તર:—આ સવાલનો જવાબ જાણવા ઇચ્છનાર જે ૪૨ મા પ્રશ્નનો અગાઉ અપાઠ ગયેલો ઉત્તર વાંચી જોશે, તો કેટલીક વાતોની પુનરુક્તિ કરવી નહિ પડે. મધ્યાહન સમયે અગર બહુ પ્રકાશમાં 'ફોટો' અગર છબી સારી પડી શકતી નથી, એ જાણીતી વાત છે, અને સમય બેસમયે આવતાં ગ્રાહકોની સગવડ ખાતર ફોટોગ્રાફરો-છબી પાડનારાઓ પોતાના છબી પાડવાના સ્થાન ( સ્ટુડિયો-Studio ) માં છાપરામાં અને બાજુની દિવાલોમાં પારદર્શક સફેદ કાચ જડી તે પર કાળા રંગના ખમેડી શકાય તેવા પડાની ગોઠવણુ રાખે છે, જેના વડે છબી પાડતી વખતે ઝોરકામા માત્ર જરૂર પુરતોજ પ્રકાશ દાખલ કરી શકાય છે. મનુષ્યની આખ રૂપી દેવી 'સ્ટુડિયો'માં પણ પ્રકાશને ઓછા વધતા, પણ હમેશાં કામ પુરતોજ, પ્રમાણુમાં દાખલ થવા દેવા માટે જે બારી કે પડાની ગોઠવણુ સરજનદારે કરેલી છે તેને આંખની કીકી ( Pupil-પુપીલ ) કહે છે. જ્યારે બહાર પ્રકાશ ધણો હોય ત્યારે નિષ્ક્રિયની આ કીકી નાની થઇ જાય છે, જેને લીધે જરૂર કરતાં અધિક પ્રકાશનાં કિરણો કાઢી પ્રયત્ન કર્દર દાખલ થતાં અટકે છે. એથી ઉલટું જ્યારે બહાર પ્રકાશ પુરતા પ્રમાણુમાં યારે બહુજ અધકાર ભોગ ત્યારે જેમ બને તેમ વધારેમાં વધારે પ્રકાશનાં રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રના, અને તે રીતે આસપાસની વસ્તુઓને જોવાને સમર્થ થવા

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમા મસ્તકના આક્રેસ્થાંખની ભીતરમાં પ્રવેશ-કરનાર કે બારી ) બને કરવામા આવે છે તેથી આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રનો અર્થ મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો કાસ જોવો હોય છે એ વિષે આ સ્થળે બેચાર શબ્દ કહેવાનુ ઉચિત લાગે છે. કેવડી છે તે

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં એવી વાત ચંદણુ કરવામાં આવી છે કે મગજનો વિવિધ ઉપાડમાં ભાગ એ બુદ્ધિના અને મનના વિવિધિન ગુણુ અને ધર્મનું સ્થાન છે. આ ઉપરથી એવો સિદ્ધાંત તુરતજ આવ્યો છે કે માયાના વિવિધિત ભાગની વિશેષ શક્તિ થઇ હોય તો તે મનુષ્યમાં વિવિધિત, તે ગુણુ હોવા જોઈએ.

હવે મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રનો પાયો સર્વોચ્ચે શુદ્ધ છે કે નહિ તે પ્રથમ આપણો છોડી દઇએ. નાં તો પણ આપણે એટલું તો કહી શકીએ કે માયાના આધારમાં વિવિધ ફેરફાર થતાં બુદ્ધિને, તે સ્વભાવમાં પણ તે પ્રમાણુમાં કંઈ પણ ફેરફાર થયા સિવાય રહેતો નથી.

નીરોગી મનુષ્યના મગજની રચના સામાન્યનઃ એવા પ્રકારની હોય છે કે તે તેમ જોઈને

૬૧. પ્રશ્ન:—આત્મત હર્ષ શોક આદિ આવેજો વડે મન ક્ષુબ્ધ થયેલું ન હોય, અને શરીર નીરોગ હોય, તેવે વખતે પણ આંખોને લીનાશવાળી અને સ્વચ્છ રાખવા માટે આંખો ઉઘાડી હોય તેટલો બધો વખત જે અશ્રુબિદુઓ (આંસુઓ) અશ્રુઓમાં સતત આવ્યા કરે છે તે ગાલ ઉપર દઢી કે ઢળી પડતાં શી રીતે અટકે છે ?

ઉત્તર:—દરેક આંખના નીચેના પોપચાની કિનાર ઉપર એક પ્રકારના તેલને બનાવી જરૂર પ્રમાણે પોપચાની ત્યાં આગળની ધારને તે વડે બીજાવડી રાખવાનું કામ કરતી કેટલીક સૂક્ષ્મ અધિઓ કે મેદરિંડ (Sebaceous or oil glands) હારબંધ ગોઠવાયેલાં હોય છે. હરે તેલ અને પાણી એક બીજા સાથે સાધારણ રીતે મળી જતાં નથી એ બાબત નિયમ પ્રમાણે આંસુ નીચેના પોપચાની તેવ વાળી કિનારી ઉપર ચઢવાને બદલે આંખના અંદરના ખુણા તરફ વહી જઈ ત્યાંની અંદર કિતરી જાય છે. વળી ઉંઘમાં જ્યારે કલાકો સુધી આંખ બંધ રહે છે. પણ નીચેના પોપચાની કિનારી પરંતુ તેવ પોપચાને એક બીજાની સાથે ચોટી જતાં અટકાવે છે.

૬૨. પ્રશ્ન:—કેટલીકવાર છીંકો ખાવાથી માથું દુઃખતું મટી જાય છે તેનું શું કારણ હશે ?

ઉત્તર:—નાક અને ગળાની સંધિને જે ભાગ (Naso-pharynx) છે ત્યાં અને નાકમાં કેટલાંક સૂક્ષ્મ છિદ્રો આવેલાં છે, અને તેમાં યકને કપોલ, ઉપરું જડપુ, લમણું, કાનની આગળ અને પાછળનો ભાગ ઇત્યાદિ જોષરીનાં હાડકાઓમાં જે અધારાં, બંધીયાર, પોલાં ખાનાં આવેલાં છે ત્યાં કેટલીક નળીકાઓ હવાને જવાના માર્ગે તરીકેનું કામ બજાવે છે. જોષરીનાં હાડકાઓમાં આવેલી આવી પોલક જગાઓ કે ખાનાં સંખ્યાબધ છે, જેમાંનાં જેટલાંકનાં હજેજી નામ આ પ્રમાણે છે:—મૅક્કરીસરી એન્ડ્રમ, ફ્રોન્ટલ સાઇનસ, ઇન્ફ્રાટીબ્યુલમ, ઇથમોઇડ સાઇનસિસ, સીનોઇડ સાઇનસિસ, મૅક્કરીસરી સાઇનસિસ, યુરોઇપાઇન ટ્યુબસ, ઇત્યાદિ, ઇત્યાદિ. આવી કેટલીક પોલી જગાઓ જન્મ વખતે હોતી નથી, પણ સાતમા વર્ષે બનવા લાગે છે, અને વીસ વર્ષનું વય થતાં સુધી ચોટી ચતી જાય છે. આ જગા ઉલ્લુ અને શુદ્ધ હવાથી ભરેલી ગુહેવી નેમ્બએ એવી સરળગદારની યોજના સ્પષ્ટ રીતે જણાય છે. અને તેમાં ભરેલી હવા વખતે વખત બદલાતી રહેવી નેમ્બએ. પરંતુ શરદી કે સ્થેન્મ-વિકાર (Catarrh) ને લીધે જ્યારે આ જગાઓમાં હવાને જવાના માર્ગે પુરાઇ જાય છે ત્યારે અંદર પુરાઇ રહેલી મલિન હવાને લીધે માથું બહુ ભારે ભારે લાગે છે અને દુઃખે છે. જે આ રીતે થયો કાળ ચાલુ રહે છે, તો કર્ણકલ કે કાનના સણકા, મૅક્કરીસરીસ, અને કવચિત ચિત્તક્રમ જેવા ગંભીર રોગો પણ જન્મ પામે છે. શરદી કે સ્થેન્મવિકારને લીધે ઉપર કહ્યું તેવી રીતે માથું દુઃખતું હોય ત્યારે જોરથી છીંકો ખાવાથી ફેફસાંમાં નેમ્બએ તેરલી ગરમ થયેલી હવા બહુ બળ પૂર્વક પેલાં પોલાં ખાનાઓમાં હડસેલાય છે અને તેથી ત્યાં નવી હવા જવાથી માથું દુઃખતું વોડો વખત મટે છે; હકથોગમાં ભત્રીકા જેવા પ્રાણાયામ કરતી વખતે ફેફસાંની અંદરની હવા ઘણાજ જોરથી નાક વાટે બહાર કાઢવાની હોય છે, અને તેની પ્રક્રિયાઓ કરનારને ફેફસાં કે માથાનો કોઇ પણ વિકારો ન થાય એજી ઉપેક્ષા આપણા અધિ પૂર્વજોનો હોવો નેમ્બએ, એટલુંજ નહિ પણ શરીરની રચના અને ક્રિયાઓનું મણું ઉઠું જ્ઞાન તેઓ ધરાવતા હતા, એમ આપણને સમજાય છે.



૬૩. પ્રશ્ન:—શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા નિદ્રાવસ્થામાં વધારે થતી હોય છે કે જાગૃત અવસ્થામાં ?

ઉત્તર:—શ્વાસપ્રશ્વાસની ક્રિયા જોડે કે અલ્પ પ્રમાણમાં મનુષ્યની ઇચ્છાને આધિન છે તો પશુ મોટે ભાગે હૃદય-રક્તાશયવડે થતી ર્શિરાભિમરણની ક્રિયાની પ્રાકૃક તે સ્વયંચાલક કે સ્વનિયંત્રિત છે. અને ( આધિચરત સ્થિતિનો વિચાર એક બાજુ પર રાખીએ તો ) શરીરની બરાબર જરિયાત પ્રમાણેજ તેની ક્રિયા બરાબર ચાલ્યા કરે છે. હૃદય અને ફેફસાં એ શરીરરૂપી મોટા કારખાના કે મિલના મૂખ્ય એન્જીનરૂપ છે, અને શરીરના પ્રત્યેક અવયવ કે અંગ-ઉપઅંગના પોષણ અને ક્રિયા ઉપર તેમની અસર પહોંચે છે. હવે કામ કરી-થાકી ગયેલા શરીરને વિશ્રાંતિ અને નિદ્રાનો બરાબર લાભ મળે તે માટે શરીરની અંદર ચાલતી વિવિધ ક્રિયાઓ મંદ રીતે ચાલે એ જરૂરનું થઇ પડે છે. આ કારણથી આપણે નિદ્રાવશ હોઇએ તેટલો વખત શ્વાસપ્રશ્વાસની ક્રિયા ઓછી તથ્યરૂપિં અને મંદ ( More superficial and slower ) ચાલે છે. આવા સંજોગમાં યકૃત, મૂત્રપિંડ, મેદુલું વાળું કરનારની જરૂર, આંતરડા ઇત્યાદિને તો પોતાનું કામ કર્યેજ જવાનું હોય છે, અને તે ઉપરાંત દિવસના પરિશ્રમથી શરીરના ઘસાઇ ગયેલા ભાગને સુધારી નવીન રચવાના હોય છે. આ કારણથી દિવસના કરતાં પશુ બરાબર આપણે સુતા હોઇએ ત્યારે ચોક્કસ વિશુદ્ધ હવા આપણને મળ્યાજ કરે એવી જોડવણી રાખવાનું ઘણું જરૂરનું થઇ પડે છે. જો શરીરને અને માથાને બરાબર કપડાથી ઢાંક્યું હોય તો પછી નાકની મારફત નિર્મળ શીતલ હવા ફેફસાંને મળવાથી તુકસાનને બદલે ધણેજ લાભ થાય છે. કારણ કે ઠંડી હવાની અસર પૌષ્ટિક અને બળ આપનારી છે.

૬૪. પ્રશ્ન:—ઝોસીકું મુકીને પથારીની સપાટી કરતાં માથું ઉંચું રાખવાની ટેવ કે રીત કુદરતને અનુકૂલ કે લાભકારક છે ?

ઉત્તર:—જ્યારે આપણે ચતા પીઠ પર સુતા હોઇએ ત્યારે શરીર કરતાં શિરને-માથાને ઝોસીકાવડે કે અન્ય રીતે વધારે ઉંચું રાખવું એ ઠીક કે કુદરતી નથી. પરંતુ આખી રાત્રિ પીઠ પર ચતાજ સુઈ રહેવું એ ગોઠવું અગર ઇચ્છ્યા બેગ નથી. પરંતુ થોડા કલાક જમણે પડણે તો થોડા સમય ડાળે પાસે, અને થોડો સમય ચતા એમ સુવું એજ સાદું છે; હવે ઉપર કહ્યું તેમ ચતા સુતી વખત તો ઝોસીકું ન રાખવું એમ છે. પરંતુ બાજુ પર સુતી વખતે જો ઝોસીકું ન હોય તો ડાક એક બાજુએ વાંકી વળે ત્યારેજ માથું પથારીને અડી શકે; અને આમ કરીને સુવું તે ઠીક નથી. તેથી કાયા અગર જમણા પડણે સુતી વખતે ઝોસીકું એટલું જાડુ અથવા ઉંચું રાખવું કે જેથી ખમો પાથરીને અડે અને માથું ઝોસીકા ઉપર રહે છતાં ડાક-ગરદન એક વા બીજી તરફ વળી નહિ જતાં સીધીજ રહે. અર્થાત શરીરની ઉભી મધ્ય રેખા ( Vertical Axis ) થી મળે તે એક તરફ બરતાં માથાની પહોળાઇ અને ખમોની પહોળાઇ વચ્ચે તે તફાવત આવે તેટલું જાડું કે ઉંચું ઝોસીકું સ્વાભાવિક રીતે પડણે સુતી વખતે ઉપયોગમાં લેવું જોઇએ. વધારેમાં એ જણાવવાનું કે જો શરીરનો કોઇ ભાગ ઉચ્ચતી વખતે વધારે ઉંચો રાખવામાં લાભ હોય તો તે ભાગ માથું નહિ પણ પગ છે. આ વાત તમને કદાચ વિચિત્ર લાગશે પણ તે તદ્દન ખરી અને શારીરવિજ્ઞાનશાસ્ત્રના ઉચ્ચ અભ્યાસને આધારે નક્કી થયેલી છે. મનુષ્યે અનેક કારણોને

લીધે કુદરતી નિયમેને સંપૂર્ણ રીતે અનુસરતું જીવન-શુભરી શકતા નથી, અને તેથી દરેકજ વિગતીય દ્રવ્યોનો કચરો ન્યુનાધિક પ્રમાણમાં શરીરમાં ભરાઈ રહે તે, અને તેનાપર શરત્વા-કર્ષણની અસર થઈ તે નીચેના ભાગ પર જઈ દરવાજું વલણુ ધરાવે છે. હવે પગ આસવા વગેરેના કામમાં જ્યાં સુધી ક્રિયાશીલ હોય ત્યાં સુધી તો નીચા હોવા છતાં ત્યાં કચરો ઠરી શકતો નથી. પરંતુ દિવસનો ધણે ભાગ જેમને બેઠા રહેવાનું હોય તેમના પગમાં તો વિ-ગતીય દ્રવ્યો જરૂર વાદ્યને હરે છે અને આમ વધારે વખત ચાલુ રહે તો પગે દંડા રહે-વાનો, અને અન્ય વ્યાધિઓ ઉત્પન્ન થવાનો મંબન રહે છે. પરંતુ જો રાત્રે સુતી વખતે પધારી પગ તરફથી ઉઠી રાખવામાં આવે, અથવા ખાટલાની પાંગત તરફના પાયા ઉપર રાખવામાં આવે, તો પગ નિદ્રા ભેતી વખત ઉઠા રહેવાથી દિવસે ત્યાં આવી ફરેલાં વિગ-તીય દ્રવ્યો પેટ તરફ પાછાં જવા લાગે છે અને મૂત્ર જાડા વગેરેની મારફત આખરે શરી-રની બહાર નિકળી જાય છે. બહુ કલાક બેસી રહીને કે અન્ય રીતે યાદીને કંટાળા ગયેલાં ઘણાંક અનુષ્ઠાને-પુરસી કે ગાદી પર બેસી પગ ઉઠે એવ્ય પર મૂકવાનું મન થાય છે, જે સ્વાભાવિક પ્રેરણા પણ ઉપર દહેલા નિયમનું સમર્થન કરે છે.

૬૫. પ્રશ્ન:—પાઠશાળા કે કોલેજમાં અવધાસ કરતા વિદ્યાર્થીએ અવધાસ, ઉધ, અને વ્યાયામ-શારીરિક કસરતમાં કેટલા કેટલા કલાક રોજ કાઢવા જોઈએ ?

ઉત્તર:—નિર્ભય કે રોગી વિદ્યાર્થી વિરે તો ચોક્કસ નિશ્ચિત નિયમ ન બાંધી શકાય પરંતુ એક સાધારણ તંદુરસ્ત યુવાનના વિરે તો દૈનિક સમય કે તેણે વર્ગ-કક્કામાં માળવામાં આવતા કલાકો સુધી કુલ આઠ દસ કલાક અભ્યાસમાં એટલે માનસિક પરિશ્રમમાં, બે કલાક સમ્પત શારીરિક પરિશ્રમ અથવા કસરતમાં, અને આઠ કલાક નિદ્રામાં માળવા જોઈએ.

૬૬. પ્રશ્ન:—મનુષ્યના માનસિક વ્યાપાર સાથે શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયાને કાંઈ સંબંધ છે અથવા ?

ઉત્તર:—હા, અવશ્ય છે. જ્યારે કામકાંધાદિ વિકારો વડે આપણાં ચિત્ત ચંચલ બનેલાં હોય છે ત્યારે શ્વાસપ્રશ્વાસ દુઃશ અને ઉતાવળા આવે છે. વળી જ્યારે આપણને બહુ આશ્ચર્ય લાગે છે, અથવા આતુરતાથી કાંઈ જોવા કે સાંભળવા આપણે તલપી રહ્યા હોઈએ છીએ ત્યારે આપણો શ્વાસ આપણે સ્વાભાવિક રીતે રોકી રાખીએ છીએ. તેવીજ રીતે મનુષ્ય જ્યારે ઉંડા વિચાર-ચિંતન મનનમાં રાક્ષયશ્વે-ગરકાવ થયેલા હોય છે ત્યારે તેના શ્વાસપ્રશ્વાસ કુદરતી રીતેજ ઉંડા અને ધીમા ધીમા આવે છે. મનની ક્રિયા અને શ્વાસ પ્રશ્વાસની ક્રિયા વચ્ચેના આના પ્રગટ સંબંધના દીર્ઘ અવલોકન અને અભ્યાસને આધારેજ ચિત્તચિંતા નિરોધ રૂપ જે યોગ તેને સરલ રીતે સાધવા માટે ભારતવર્ષના આપણા ઋષિ પૂર્વજોએ પ્રાણાયામ શાસ્ત્રની યોજના કરેલી છે.

૬૭. પ્રશ્ન:—ધણાં જીવાન માણસોના વાળ ધીમા થઈ ગયેલા હોય છે તેનું કારણ શું ? કેટલાક દાખલાઓમાં અસાદત જણાતા માણસોના વાળ ક્ષણ અને મજબૂત સરાકત માણસના માથાના વાળ ધીમા હોવાનું કારણ શું ?

ઉત્તર:—“પીણું એટલું સોતુ નહિ, ને ઉજળું એટલું દુઃખ નહિ.” All is not gold that glitters, and appearances are often delusive એ દહેવેલો અન્ય વિશી કરતો શરીરની રીંગી થો નીંતીથી અત્યંત વિરોધી લોકોના અર્થાતે

ખડુજ લાગુ પડે છે. અર્થાત જોમ ફેફસાં અને હૃદયની ક્રિયા જોરથી અને ઝડપથી ચાલતી હોય ત્યારે તે અવયવો બળવાન બનવાને બદલે નિર્બળ અને રોગી બનેલા હોય છે; જ્યારે શાન્તતંતુઓ વધારે ચંચલ બને છે ત્યારે તે Nervousness (નર્વસનેસ) કહેવાય છે, અને શાન્તતંતુની નિર્બળતાતું તે એક લક્ષણ હોય છે; જોમ એક ગાડું બાંધપડતી જીમ મજબુત નહિ પણ ચોખ્ખા મગજની નિશાની હોય છે; તેજ પ્રમાણે દેખીતા પુષ્ટ અને જોરાવર માણસો ખરેખર નીરોગી હોતાં નથી, પણ કેટલીક વાર તેમનાં શરીરો વિનિર્મલ દ્રવ્યોથી ભરેલાં અને જીવનશક્તિના અતિ અપ ભંડોળ વાળાં હોય છે. અને તાણુ આવતી હોય, હીસ્ટીરિયાનો રોગ થયો હોય, કે સજિપાત થયો હોય ત્યારે માણસ જોમ ઘણું જોર દાખવી શકે છે, છતાં ખરેખરી રીતે તો તે વધારે નિર્બળ બન્યો હોય છે તેવીજ રીતે બહારથી સાબળ અને બળવાન તથા હૃદયપુષ્ટ જણાતા જનો કેટલીક વાર જીવનતત્ત્વું દેવાણું કાઢી બેરેલા હોય છે. આ વાત જો ધ્યાનમાં રાખવામાં આવે તો જીવાનીમાં ધોળા વાળનાં દષ્ટાંતોનો બેદ ધણા પ્રમાણમાં ખુલ્લો ચમ્ નાય છે, અને એક સુપ્રસિદ્ધ શ્રંધકાર અને વિદ્વાન ચિકિત્સક ડૉક્ટર રેઇનહોલ્ડ, એમ. ડી. પીએચ. ડી. નાં વચન “Gray hair generally indicates exhausted vitality; where as loss of hair imports that the scalp is encumbered. ( ધોળા વાળ શરીરમાંથી જીવન તત્ત્વ ધટી ગયું છે એમ સાધારણુ વીતે સૂચવે છે; અને તેવીજ રીતે વાળ ખરી જવા એ એમ બતાવી આપે છે કે વાળનાં મૂળ જ્યાં રહેલાં છે તે માથાના ભાગમાં વિનિર્મલ દ્રવ્યોનો કચરો આવીને ઠરેલો છે. ) સખ્ત માદગી ઉપરાંત ધણાં માનસિક કારણો, જેવાં કે અતિશય શીકર ચિંતા, વિરહ વ્યાકુળતા, સખ્ત અભ્યાસ કે મગજમારી, અત્યંત ક્રોધ કા-માસક્રિયા, કે શોક-કષ્ટપાત, ઇત્યાદિ પણ શરીરના શાન્તતંતુના બગનો નાશ કરનાર અતિ પ્રમુખ કારણો છે. બંગદેશીય લશ્કરના એક બળવાળોર સીપાઇને કેદ પકડીને જ્યારે નાગી તલવારો અને બેંડોથી સજ્જ થયેલા સૈનિકોના સમુદ્ધ વચ્ચે લાવીને ઉભો રાખવામાં આવી શ્યને તેનાં હથીયારો પકાવી લેઇ તેને તદન નાગો કરવામાં આવ્યો ત્યારે જોત જોતામાં, સર્વની નજર આગળ, માત્ર અર્ધા કલાકમાં, તેના આખા માથાના વાળ જો કાળા હતા તે ધીરે ધીરે સફેદ થઇ ગયા હતા એવો દાખલો નોંધાયેલો છે. તેવીજ રીતે કેટલાક ખૂતી લોકોએ એક કષ્ટરને પકડીને આગગાડીના પૂલ પર બે પાટાની વચ્ચે બાંધી દતો, અને પછી અધારી રાત્રે એવ ટ્રેનના લેગથી ધસી આવના એન્જીનના ઝગઝગતા ફાનસને જોષને-પોતે કેવી બળંકર રીતે કચરાઇને મરી જશે એ ખ્યાલથી તે સખ્તના માત્ર એકજ રાત્રિમાં ખસા વાળ સફેદ થઇ ગયાની વાત પણ બોલી છે. માદ્રાત સ્ત્રી સંભોગ કરતાં પણ વિષ-યવાસનાને બેહદ ઉત્કેરનારાં કાષ્ટનિક ચિત્રો કે વિચારોમાં તલ્લીન રહેતાં યુવાનોના શાન્-તંતુઓ તદન નિર્બળ બની નાય છે. આ ઉપરાંત વાળને ખરાખર સાદ નહિ રાખવાથી, તેમને હવા અને પ્રકાશ ખરાખર નહિ મળવાથી, વાળને પુષ્ટિ આપનારા તત્ત્વોવાળો રાંધ્યા વગરનો ફળ મેલો, શાક હત્માદિનો ખોરાક નહિ લેવાથી એવાં એવાં વિવિધ કારણોથી વાળની અંદર ભરેલો કાળા રંગનો રસ સુકાઇ જઇ યુવાનીમાં પણ વાળ સફેદ બની જાય છે. એથી ઉલટું ચારીરિક પરિચયના અભાવને લીધે અગર અન્ય કોઇ કારણથી એક માણસના રનાયુઓ દસાયલા કે બળવાન ન જણાના હોય છતાં તેનામાં જીવન તત્ત્વું ભંડોળ સાંચું હોય તો અન્ય અત્યુજ કારણોને લીધે તેના વાળની કાંમરા દીર્ઘ કાળુ

સુધી જળવાઈ રહે છે. અર્થાત્ શારીરિક પુષ્ટ દેખાવ અને ખરી તંદુરસ્તી એ બે એકજ વસ્તુ નથી, પણ તે બે વચ્ચેનો સૂક્ષ્મ ભેદ ઘણાં યોગ્ય મનુષ્યો સમજી શકે છે.

૬૮. પ્રશ્ન:—વાળ શરીર પર શાથી ઉગે છે? પુરુષને દાદી મુછ ઉગે અને સ્ત્રીને ન ઉગે તેનું શું કારણ, અને તેમાં કુદરતનો શો હેતુ હોયો જોઈએ? નિયમિત રીતે હજમત કરાવીને વાળને કાપી નખાવવાનો રિવાજ કુદરતના નિયમોથી ઉલ્લંઘ છે કે નહિ, અને તેનાથી લાલ છે કે હાનિ? કેટલાક લોકને છાતી, ખગલ, નાક, કાન વગેરે સ્થળે ઘણાજ વાળ ઉગે છે, જ્યારે બીજાં કેટલાંક મનુષ્યોના શરીર પર ખહુજ ઘણ વાળ હોય છે તેનું કારણ શું હશે?

ઉત્તર:—પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનશાસ્ત્રજ્ઞ એમ ૮૮ માનવું છે કે મનુષ્યજાત આખા શરીરે ખૂબ વાળ વાળા પ્રાણીનો જાતમાંથી ઉતરી આવેલ છે. અને જો કે વાળ તો સેંકડો જાતનાં પ્રાણીઓના શરીર પર ઉગે છે, છતાં તેની ઉગવાની રીત જુદી જુદી જાતની હોય છે. આપણે માણસના શરીરને તપાસીશું તો જણાવ છે કે તેના હાથ પર ઉગતા વાળ ખભાથી કોણી તરફ નીચે ઢળતા હોય છે, અને કોણીની નીચેના ભાગ પર બહારની બાજુએ ઉગતા વાળ પણ ઉંચે કોણી તરફ જતા હોય છે. એક જાતનાં વાનર (Anthropoid apes) ના હાથ પર પણ વાળ આજ પ્રકારે ઉગે છે. આ ઉપરાંત શારીરિક રચના, આહાર, ઇલાદિ અનેક પ્રકારનું સામ્ય કે ભજતાપણું આ જાતનાં વાનર અને મનુષ્યના શરીર વચ્ચે જોવામાં આવે છે, અને તેનાં ધણાંક કારણોને લીધે હાલના પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓ (જેમ મહાન શરવિન નામનો વૈજ્ઞાનિક મુખ્ય હતો તે) એવા નિર્ણય પર આવેલા છે કે મનુષ્યજાત આવજા વાનરમાંથી વંશવિસ્તાર પામીને બનેલી છે. હવે આ દૃષ્ટિએ જોતાં આપણને વાળ મળવાનું કારણ પૂર્વજો તરફનો વારસો અને શરીરનું રક્ષણ કરવાનું જ માત્રી શકાય. હાલ પણ કહેવાતા મુઘાગ અને કૃત્રિમતાના કદમાં નહિ સપડાયેલી મનુષ્યની જાતો પોતાના વાળને દુરુત ઉગાડે તેટલા લાંબા ઉગવા દે છે. આમ કરવાથી તેમના માથા, ડોક, કાન વગેરેનું પવન, હીમ, વરસાદ, અને તાપથી રક્ષણ થાય છે, અને જમીન પર સુરા છતાં પણ કાનની જરૂરના વગેરે વ્યાધિઓ તેમને થતા નથી. વગર ખર્ચે અને વિના પરિશ્રમે કુદરત તરફથી મજલા આપા રક્ષણના સાધન રૂપ વાળને કાપી કે હજમત કરી મુંડી નાખવાથી શરીર તેટલા પ્રમાણમાં અસ્વાભાવિક સ્થિતિમાં મુકાય છે, અને તેથી ટોપી, છત્રી, પાથકી, ગળાપટ્ટા, કોલર, મથક, ચેસ્ટ પ્રોટેક્ટર, ઇલાદિ કૃત્રિમ મોંઘાં સાધનોનો ઉપયોગ કરવાની ફરજ પડે છે, છતાં પણ પ્રમાણમાં તે જરૂર કરતાં વધારે અગર જરૂર કરતાં ઓછાં વપરાવાથી વ્યાધિઓ થવાના સંભવ ઉભા થાય છે. વળી સિદ્ધને વાળ કે ફેલવાળી, મોરને મુંદર પીંછાં, મરધાને પણ મુંદર પીંછાં અને માથા પર કલગી, અને પુરુષને દાદીમુછ આપી કુદરતે તેમને પ્રભાવ પડે તેના સંદર્ભપૂર્ણ બનાવેલા છે, છતાં વર્તમાન કાળમાં મુંદરતાની કે સોજાની વિકૃત ભાવના અને રિવાજને લીધે દાદી અને મુછ મુંદા મુંદલી નાખવાનો ગિલાજ નિકળ્યો છે, પણ તે ધણેજ વખેડી દેહાડવા જેવો અને હાનિકારક છે, એ પાત ન એના ચોક્કસ અભિપ્રાયો પરથી જોઈ શકાયો:—

The learned author and a Doctor of Medicine says, in his *Elements of Social Science*, on p. ૪૦ — "The unnatural practice of shaving has

tended most powerfully to increase this disregard of physical beauty in man. It has done so, by in reality destroying man's beauty. The peculiar beauty of the male countenance consists very much in its contrast with the female one, by the possession of those hairy appendages which impart to it a dignity and manliness. The beard is peculiarly a *sexual* distinction, it only appears at puberty, and is intimately connected with—in fact, is the outward expression of—sexual maturity, of that which distinguishes the man from the woman and the boy. To cut it off is to effeminate the male face, and has a greater effect than is generally supposed in weakening the sexual feelings between man and woman, which are powerfully awakened by contrast. It is thus a part of those effeminating and debilitating influences on the sexual feelings, which have so much degraded the vigor and manliness of all of us, as I shall endeavour to show hereafter. It spoils the natural ideal of manly beauty, and that admirable contrast between the two sexes, by which each acts as a foil to the other, and the peculiar characteristics of each, are duly symbolised and called forth." Dr. Andrew Stone, M. D., in his admirable work, *The New Gospel of Health, or the Principles of Vital Magnetism* says:—"One very important reason why the hair should always be worn long is to protect that portion of the brain. Cutting the hair very short on the back of the head, especially if the person be much exposed to changes of temperature, or to the direct rays of the sun, will tend to paralysis; and tying the hair up tight and high, thus exposing this portion of the head, tends to produce nervous diseases and weakness of the will, thus making hysteria more likely to occur." Similarly the learned author, traveller and centinarian Dr. J. M. Peebles, M. D., writes strongly against the evil practice of shaving and in corroboration quotes Dr. M. L. Holbrook thus:—"The moment a boy begins to shave, he begins to look old. Shaving makes the hair of the face coarse. The beard is a valuable protection to the throat and lungs, and many persons have cured long-standing throat diseases by allowing the beard to grow. Shaving injures the skin of the face and takes off its healthy hue, and this is worse if the razor is dull. Shaving consumes much time and causes considerable annoyance. A handsome beard is a real ornament of which no one ought to be ashamed. Whenever inconveniently long let the beard be sharpened but not shaved off. By all means, then, cultivate your beard. It will be quite a saving to you in time and money, if you live to be an old man, never to shave."

ઉપર સંખેષા અતિ અનુભવી અને વિદ્વાન ડૉક્ટરોના ઇંગ્રેજ અભિપ્રાયોનું આપાતર અને આપણા જગતી ધર્મી જગા ગેઠવાનો ભવ છે, તેવી ખાન માગ રૂપે એટલુંજ કહેવાનું કે જેમ જેમ અત્રો વધારે ફરતા ત્યજ છે તેમ તેમ વાજ વધારે અરજ અને ભૂધ થતા

નય છે, તથા ચામડી પણ હજમતથી હમેશાં હોવાથી રહેવાથી વિકારી બની તેના રંગ પણ અસ્વાભાવિક બનતો નય છે, અને આવી ક્રિયા જે અગ્નિ કેટલાક પ્રમાણમાં એકી ધારવાળી ધુઈ હોય છે તે આમ જેવામાં આવે છે. જે દાદીના કે માથાના વાળ બહુ લાંબા થઈ અમલક બની લાગતા હોય તે તેને માત્ર જરૂર પુરતા કાતરી નાખવા પરંતુ તદ્દન મુંઝા કરવા નહિ. આમ કરવાથી જે તમે લાંબુ આયુષ્ય ભોગવવા આગ્રહાળી થશો તો એકદરે ધણેજ વખત અને પૈસાનો ખર્ચાવ કરી શકશો, કે જે સર્વે હાનિકર હજમતની પાછળ તમારે શુભાવમાં પડતો. લાંબી દાદીથી ગળા અને છાતીનું સાફ રક્ષણ થાય છે, અને અન્ય ઉપાયથી નહિ મટેલાં ગળાનાં કેટલાંક દરે દાદી લાંબી વધારવાથી મરી ગયાના ઘણા દાખલા નોંધાયેલા છે. વળી માથાના પાછલા ભાગ પરથી વાળને ખૂબ જીણા કાતરી નાખવાથી તે ભાગ રક્ષણ વિનાનો બની નય છે, અને તે અત્યંત ઉપયોગી ભાગ પર હવાના મોટા ફેરફારની તથા ટાક તડકાની સમ્પત્તિ અસર થવાથી આપના રોગો, ચાનતંતુના વ્યાધિઓ, પક્ષાઘાત, લકવે, મનની નમગાઈ, સંદેહ પણ કે દંડ નિશ્ચયનો અભાવ, હિસ્ટીરિયા કે ભૂતવાયુ, ઇત્યાદિ ઇત્યાદિ વિચારોનાં મૂળ રોપાય છે. ગૌરવો પણ જે પોતાના માથાના વાળ (મોટલા) બહુ તાણીને એમોડો વાળે અગર એમોડો એટલે ઉંચે વાળે કે જેથી બોચી ઉપરનો ભાગ ખાસ ખુશો થઈ જાય તે પણ કેટલાક પ્રમાણમાં ઉપર કલા તેવા વિચારો થવાનો સંભવ રહે છે. જ્યારે એક છોકરો બાલ્યાવસ્થામાંથી નિકળી પુરુષત્વ કે મરદાપને પ્રાપ્ત કરી યૌવનાવસ્થામાં દાખલ થાય છે ત્યારે તેના સૂચક ચિન્હ કે દાદી અને મુઠ તેને પ્રાપ્ત થાય છે. અને તે સાધન વડે તેને જાગૃત અને સ્ત્રીથી જુદો પાડી ઝોળખાવી આપવાનો કુદરતનો ઉદ્દેશ હોય છે. છતાં આના કુદરતના સ્પષ્ટ ઉદ્દેશ અને પ્રયત્નની વિરૂદ્ધ આવી હજમત વડે નિષ્કર્ષિત રીતે મુંડન કરાવ્યા દરમિયાં જે કેટલું અગ્રેગ્ય છે એ કહેવાની જરૂર નથી. હા, સંસારથી વિરક્ત બની મહેવા સન્યાસીઓ કે જેઓ પોતે અમુક સ્ત્રીના પતિ કે અમુક જાગ્રોના પિતા છે, અગર પોતે પુરુષ છે, એ આદિ વિચારોને કેવળ જુદી જાઈ એક અખડ, સ્ત્રી પુરુષાદિ જાતિભેદ અને વર્ણભેદથી પર, એવા માત્ર આત્મતત્ત્વના ચિંતનમાંજ હમેશાં મશગુલ રહેવાનો આધાન્ય પ્રયત્ન લેઈ એકા છે તેઓ પુરુષત્વ સૂચક દાદી મુઠનો ત્યાગ કરે એ વાળખી છે. પરંતુ ગૃહસ્થોને માટે તે વાળખી ગણાય નહિ. કારણ કે સંસારી લોકોમાં તો સ્ત્રી પુરુષ વચ્ચેના પ્રેમ અને આકર્ષણનો આધાર તેમનાં શુભ અને મૈદર્મ્ય જિનન પ્રકારનાં ક્રોધા ઉપરજ રહેલો છે. અર્થાત સ્ત્રીને પોતાના પતિમાં હાલવર પુષ્ટ અને દંડ મળ્યુંત ચરીરનો જાણે ગમે છે, ત્યારે પતિને પોતાની પત્નીમાં નાજુકાઈ, કોમલતા, અને કિમ્મિત કૃપતા પ્રિય લાગે છે; સ્ત્રીને શર, સાહમિક, અને નિરર પુરુષ પ્રિય લાગે છે, ત્યારે પુરુષને, દવાજી, નમ અને મદનશીલ સ્ત્રી પસંદ પડે છે. આમ હોવાથી દાદી મુઠ દાદી નાખવાથી પુરુષનું મુખ વધારે કોમળ, અને સ્ત્રીના જેવું ( જામયું ) દેખાય છે, અને તેથી પુરુષત્વની અને પ્રભાવશાળી સ્વરૂપની પૂજક બરી સ્ત્રીઓ તો તેવા પુરુષો તરફ આકર્ષાયજ નહિ, પોતાના પતિને તેના બનાવવા ઇચ્છેજ નહિ. રાજપૂત, યીખ આદિ શર, માહસિક અને મરફાનગી વાળી પાળખોમાં પુરુષ વર્ગ હજુ પણ લાંબી દાદીઓ અને માથે લાંબા કેશ રાખે છે. મુમલનિન બાપ્તઓ તો દાદીને “ખુનડું નર” કહે છે એમ સાંભળ્યું છે. વક્ષપિઓ પણ દાદી મુઠ અને માથે લાંબા કેશ રાખતા, અને મહેશ્વર શંકર ભગવાનને પણ દાદી અને જટાવાળા દિંદુશાસ્ત્રોમાં વર્ણવેલા

tended most powerfully to increase this disregard of physical beauty in man. It has done so, by in reality destroying man's beauty. The peculiar beauty of the male countenance consists very much in its contrast with the female one, by the possession of those hairy appendages which impart to it a dignity and manliness. The beard is peculiarly a *sexual* distinction, it only appears at puberty, and is intimately connected with—in fact, is the outward expression of—sexual maturity, of that which distinguishes the man from the woman and the boy. To cut it off is to effeminate the male face, and has a greater effect than is generally supposed in weakening the sexual feelings between man and woman, which are powerfully awakened by contrast. It is thus a part of those effeminating and debilitating influences on the sexual feelings, which have so much degraded the vigor and manliness of all of us, as I shall endeavour to show hereafter. It spoils the natural ideal of manly beauty, and that admirable contrast between the two sexes, by which each acts as a foil to the other, and the peculiar characteristics of each, are duly symbolised and called forth." Dr. Andrew Stone, M. D., in his admirable work, *The New Gospel of Health: or the Principles of Vital Magnetism* says:—"One very important reason why the hair should always be worn long is to protect that portion of the brain. Cutting the hair very short on the back of the head, especially if the person be much exposed to changes of temperature, or to the direct rays of the sun, will tend to paralysis; and tying the hair up tight and high, thus exposing this portion of the head, tends to produce nervous diseases and weakness of the will, thus making hysteria more likely to occur." Similarly the learned author, traveller and centinarian Dr. J. M. Peebles, M. D., writes strongly against the evil practice of shaving and in corroboration quotes Dr. M. L. Holbrook thus:—"The moment a boy begins to shave, he begins to look old. Shaving makes the hair of the face coarse. The beard is a valuable protection to the throat and lungs, and many persons have cured long-standing throat diseases by allowing the beard to grow. Shaving injures the skin of the face and takes off its healthy hue, and this is worse if the razor is dull. Shaving consumes much time and causes considerable annoyance. A handsome beard is a real ornament of which no one ought to be ashamed. Whenever inconveniently long let the beard be sharpened but not shaved off. By all means, then, cultivate your beard. It will be quite a saving to you in time and money, if you live to be an old man, never to shave."

ઉપર લખેલા અતિ અતુલની અને વિદ્વાન ડૉક્ટરોના ઉમેરણ અભિપ્રાયોનું ભાષાન્તર અને આપણા જગતી ધર્મી જગા શેષવાનો ભય છે, નેથી માત્ર માત્ર રૂપે એટલું જ કરવાનું કે જેમ જેમ અમેરો વધારે કરતાં મળે છે તેમ તેમ વાત વધારે અરજ અને ભણ થતા

(*Degeneration*, by Dr. Max Nordau) માં ૧૪૪ ૬૩-૬૪ ઉપર આ પ્રમાણે લખે છે કે:—The ecstastic state is associated with extremely intense emotions, in which the highest bliss is mixed with pain. These emotions accompany every strong and excessive functioning of the nerve-cells, every extra-ordinary and violent decomposition of nerve-nutriments. One may, therefore, completely believe the assurances of great ecstasies, such as a St. Theresa, a Mohammed, an Ignatius Loyola, that the bliss accompanying their ecstatic visions is unlike anything earthly, and almost more than a mortal can bear. This latter statement proves that they were conscious of the sharp pain which accompanies nerve-action in over-excited brain-cells, and which on careful analysis, may be distinguished in every very strong feeling of pleasure. આનો હુકો બાવાર્ય એ છે કે અત્યંત હર્ષના આવેશ સમયે મગજના અમુક ભાગનાં અણુઓ એટલી બધી ઝડપથી ક્રિયા કરી નાશ પામી જતાં હોય છે કે તેને હાથે એક પ્રકારની તીવ્ર વેદનાની લાગણી પણ અત્યંત હર્ષ ભેગી અનુભવવામાં આવે છે. આ કારણથી એમ કહેવાય છે કે ધ્યાનમગ્ન અવસ્થામાં કચિત કચિત અનુભવોનો અત્યંત હર્ષાવેશ સામાન્ય મનુષ્યોથી સહન થઇ શકે નહિ તેવો હોય છે. જો આ વાત ખરી હોય તો અત્યંત હર્ષ વખતે મગજના અણુઓ અને તેમને મળતા પોષણના મોટા જથ્થાનો અત્યંત તરાથી નાશ થવાથી બેહદ સુખના ભેગું ભેગું તીવ્ર વેદનાનું ભાન થાય એ તદ્દન ખતરા ભેગું છે અને આવી વેદનાને લીધે આંખમાં આસુ જેને આપણે “હર્ષાસુ” “હરખનાં આસુ” કહીએ છીએ તે આવે તો તેમાં ખડું નવાઇની વાત નથી. x

## બાળકોની ગૃહકેળવણી.

બંધુઓ ! આ એક મહાન સંક્રાંતિ કાળ છે, એમ કોઈને લાગ્યા વિના રહેશે નહિ. અને ચારે દિશામાં કંઈને કંઈ ફેરફાર થતા નજરે પડે તો આવા સમયમાં જે લોકો ભૂત અને વર્તમાનની મદદથી બલિષ્ઠની રૂપરેખાનો ખ્યાલ જાણી શકતાં હોય તે લોકોએ પોતાના વિચારો સમાજ આગળ મૂકવા એ અવરખવું છે. આપણી સમાજ બલિષ્ઠ નિવાસી સંખ્યા કામ કરનારી સંસ્થા છે. તેણે બલિષ્ઠની રિયુટિ કેવી થશે તેનો આપની આગળ યોગ્ય અંશે ચિંતાર આવશે છે. આપણી સમાજની પ્રવૃત્તિઓ વિવિધ પ્રકારની છે; અને જ્યાં જ્યાં તેણે દૃષ્ટિ નાખી છે, ત્યાં ત્યાં તે પ્રગતિ ભાર્યક થઇ પડી છે.

x આ અંકમાં જણાવવા લગતન બધા પ્રશ્નો મોસા લોકો પાસના રહીશ સ. રા. મહીસાઇ મોતીરામ પટેલ તરફથી પુછવામાં આવ્યા હતા, જેના સમાગિત ઉત્તર આપવામાં આવ્યા છે. હવે તેમના ચોરસ પ્રશ્નોના ઉત્તર લખવાના બાકી છે અને સમજાવે. નરમી પામુ આવા પ્રશ્નો લખાઈ આવેલા છે, પરંતુ ઉત્તર માટે તેમણે સ્વીકાર ન થઈ એવી વિનંતિ છે હા ઉત્તર મહાકેવ પ્રસાદ



આપણાં પૂજ્ય નેતા-મીસીસ એનીનિસન્ટ પહેલેથીજ અને સુખ્યત્વે કરીને હાલ કેટલોક વખત થયાં “બાળકેળવણી” ઉપર સમાજનું વિશેષ ધ્યાન ખેંચી રહ્યાં છે. એમનાં એક શિષ્યપદ્ધતિ જી. એસ. એરન્ડેલ, હિન્દુસ્તાનની કેળવણીની સ્થિતિનો, જે આગેહુથ ચિંતાર આપણી આગળ આપે છે, તે ઉપરથી આપણે દેશ કેળવણીની બાબતમાં કેટલો પગલું છે તેનો ખ્યાલ આપણને આવી શકે છે.

આજની આપણી ચર્ચાનો વિષય “બાળકોની ગૃહકેળવણી” છે. બાળકોની ગૃહકેળવણી કેવા પ્રકારની હોવી જોઈએ? માથાપનું બાળક પ્રત્યે વર્તન, આસપાસની પરિસ્થિતિથી બાળકો ઉપર થતી અસર, આ બધી બાબતોનો વિચાર ગૃહકેળવણીમાં આવી જાય છે.

આપણે કોઈ પણ કાર્ય અમુક ઉદ્દેશ સાધવા સારું હાય ધરીએ છીએ અને ગતુબ્ધની પ્રવૃત્તિ હંમેશા અમુક ઉદ્દેશને અવલંબી રહેલી હોય છે. માટે બાળકોની કેળવણી શો ઉદ્દેશ લક્ષમાં રાખી આપણે આપવા ધારીએ છીએ, તે વાતનો પ્રથમ વિચાર કરવો જરૂરનો છે. ઘણે ભાગે માથાપો આ બાબતમાં ઘણું સ્વાર્થા વિચારો ધરાવે છે. બાળકની સ્વભાવજન્ય સારી સ્થિતિઓને પોષવાને બદલે પોતાને અનુકૂળ લાગે તે દિશામાં બાળકોને દોરવાના પ્રયત્નો માથાપ કરે છે. ખરી રીતે માથાપોએ પોતાના જીવનને પોતાના બાળકના જીવન જોડે એકતાન કરવું જોઈએ; અને, “માથાપને સાફ બાળક છે,” એ જુની સ્વાર્થા વિચાર માથાપે દહાડી નાંખે જોઈએ. બ્યારે ધરમાં બાળકનો જન્મ થાય ત્યારે તે માત્ર બાળક નહિ પણ એક જીવાત્મા છે, એમ સમજવું જોઈએ. તેણે તેનાં સ્વૃક્ષ અને ઇતર શરીરોને આપણી સંભાળ નીચે મૂક્યા છે; આવા બાળકને કેળવણી આપવી એનો અર્થ મોટા જે કહે અથવા કરે તેજ બાળકો પાસે કરાવવું એમ નથી. બાળકને પોતાને અનુકૂળ એવા ગાગે જવા દેવું, કારણ બાળકનું સ્વૃક્ષ શરીર નાનું છે, પણ સ્વૃક્ષ શરીરની ઉપયોગ કરનાર જીવાત્મા મત જીવનનોના અનુભવથી પ્રાપ્ત થયેલી શક્તિઓ બીજાં પોતાની સાથે લાવેલા છે. આર્થાવર્તમાં તો આ વાત પરાપૂર્વથી મનાતીજ આવી છે. પાશ્ચાત્ય દેશના સમાજમયી આ વાત આપણે ભૂલી ગયા છીએ, પણ હવે તે દેશના લોકો પણ આ વાત સ્વીકારે છે.

ફ્રેન્સ અને પેરેટ્યોટસીએ બાળસ્વભાવનો સારો અભ્યાસ કર્યો હતો; પણ તેમાં જે કોઈ ખામી રહી ગઈ હતી તે ખામી હાલની એક ઇન્ડાલિયન બાપ ડૉ. મોન્ડેસોરીએ દૂર કરી છે અને બાળકોને કેમ કેળવવાં તેની માહિતી અનુભવથી પોતે જાતે મેળવી છે. ગૃહ અને શાળા વચ્ચેનો ભેદ દેટલક અંશે એ બાધ્યે દૂર કર્યો છે. શાળા એ ગૃહજ છે અને ગૃહ એ શાળાજ છે, એ વિચાર એણેજ પ્રચલિત કર્યો છે. એણે પોતાની શાળાને નિશાળ નામ આપ્યું નથી, પણ બાળગૃહ એ નામ આપ્યું છે. આ બાળગૃહની અંદર બાળક મરેજ પતે છે; તેના માર્ગમાં કોઈ પણ જાતની અડચણ કરવામાં આવતી નથી. આવા ગૃહની અંદર કોઈ શીખવનાર શિક્ષક હોતો નથી. ત્યાં તો શિક્ષક રક્ત બાળકોની સ્વભાવજન્ય પ્રવૃત્તિઓને બેરોબર દોરે છે. શિક્ષક કોઈ પણ જાતનો દુક્રમ કરતો નથી. ઘણીવાર એવી સંકો ઉત્પન્ન થાય છે કે બાળકોને રસાત્ર ગતિ વર્તવા દેવાથી તેઓ આડે અને જતા હશે. પણ માનસશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ આ સંકોતું સ્થાન મળેલું નથી. બ્યારે બાળકને જે કંડુ હોય તે આપણે કરવા દઈએ ત્યારે તે કાંઈ કરવામાં તે એટલું બહુ મમ પછ રજુ હોય છે કે તેને

આડે રસ્તે જવાની તક મળતી નથી. બાળકેળવણીમાં જે કંઈ મુશીબતો ઉત્પન્ન થાય છે, તે મુશીબતો બાળકોને લીધે થતી નથી; પણ વડીલોના બાળકો તરફના વિચિત્ર વલણને લીધે થાય છે. મોન્ટેસોરીએ એક વાત સ્પષ્ટ કરી છે, અને તે એ છે કે, જો બાળકોને યથાર્થ કેળવવા હોય તો માતાપ અને શિક્ષક એ બેઉએ પોતે જાતે ખડલાવું જોઈએ.

મોન્ટેસોરીના બાળગૃહમાં ૨૫ થી ૬ વર્ષ સુધીનાં બાળકો આવે છે. તેણે કેટલાંએક સાધનો પોંજી કાઢ્યાં છે, તેની મદદ વડે બાળકોની બધી શક્તિઓ કેળવાય છે. પોતાનો ઓરડો સાફ રાખવો; તેની અંદર ચીજોને વ્યવસ્થિત રીતે ગોઠવવી, શરીર સાફ રાખવું, આ બધું નાની ઉંમરનાં બાળકો શીખે છે.

બીજી અગત્યનું જેની વાત એ છે કે આ નિરાળ-ગૃહની અંદર બાળકો સવારના આઠથી સાંજના ૭ વાગ્યા સુધી રહે છે, જતાં કટાણી જતાં નથી. તેમની મુખ્યમુદ્રા શાંતિ અને સુખનું બાન કરાવે છે; માળાપોતે મોન્ટેસોરી પદ્ધતિ સંબંધી કંઈક જણવું અગત્યનું હોવાથી એ બાબત ઉપર આટલું કહેવું અવશ્યનું લાગ્યું છે.

માતાપ થવું એ એક મોટી જવાબદારી છે. એ ફરજ બદા કરવા સાર માળાપે શું શું કરવું જોઈએ, તેનો આપણે હવે યોગ્ય વિચાર કરવો જોઈએ.

બાળકની શરીરસંપત્તિ સુધારવા સાર તન્દુરસ્તીના જે સામાન્ય નિયમો છે, તે માળાપે જાણવા જોઈએ. બાળકને પાષ્ટિક ખોરાક આપવો જોઈએ. મોખી હવા તથા સૂર્યના પ્રકાશનો લાભ જોઈએ તેટલો તેને આપવો જોઈએ. અંગકસરત ઉપર માળાપે ખાસ ધ્યાન આપવું જોઈએ, બાળકને હથે તેટલું ઉપવા રેવું. તેને ગોં, આંખ, નાક, ડાન વગેરે સારી રીતે સાફ કરતાં માળાપે કાળજી રાખી શિખવવું જોઈએ. બાળકનાં કપડાં હાથેનાં હીસાં બને, તેને આરામ આપે એવાં જોઈએ. હિંદુસ્તાન જેવા ગરમ દેશમાં બાળકો માથે ટોપી ન પહેરે તેજ વધારે સારું છે! કારણ આ દેશમાં ટોપીઓ સાફ કરી શકાય એવી હોતી નથી અને તેથી પરસેવો તથા મેલથી ટોપી અંદરના લાગમમાં ઘણીજ ગંદી રહે છે; અને તેથી મગજને હાનિ થવાનો સંભવ છે.

પૂરોપાદિ દેશોમાં બાળકોની શરીરસંપત્તિ ઉપર ઘણું ધ્યાન આપવામાં આવે છે. હમણાંજ મદ્રાસમાં થોડા વખત ઉપર આપણા પૂજ્ય બન્ધુ જીતરાજદાસે મેજિક્સ્ટ્રેનની સ્લાઇડ્સ સાથે બ્રેકફેડમાં બાળકની કેવી સંભાળ લેવાય છે એ વિષે જાણણ આપ્યું હતું. સાથે સાથે ભવિષ્યમાં થનારી માતાનું સંભાળ બ્રેકફેડમાં કેવી રીતે લેવાય છે, તેનો પણ આબેદુજ ચિતાર આપી સમજાવ્યું હતું. ભવિષ્યમાં થનારી માતાને ઓડીક્ટર નિયમિત રીતે તપાસે છે. અને જો બોલાઈની ખામી હોય તો વિના મુશ્કે તો બાળકને સારો ખોરાક પૂરો પાડવામાં આવે છે. પ્રસૂતિ સહેલાઈથી ન થાય એમ માનવામાં આવેતો તેને પ્રસૂતિગૃહમાં લઈ જવામાં આવે છે અને પ્રસૂતિ થયા પછે મા અને બાળક બેઉની સારી સંભાળ લેવામાં આવે છે.

આમ શરીરસંપત્તિ સુધારવા કુપતંત બાળકનું હૃદયપણ કેળવા, માળાપે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જો માળાપ પ્રેમાળ હોય, નિરવચારી હોય, તથા આસપાસની પરિસ્થિતિ પણ અત્યંત હોય, તો બાળક પણ પ્રેમાળ સરો અને એની નિરવચારી વૃત્તિઓનો ગોચર વિ. ગમ થતા પામશે પણ જો માળાપ કોપી હોય, અમાન્યતા મંજૂ નથી. પણ નહારા હો.

તો, શરૂઆતમાંજ બાળકનું વાસનાશરીર નહારાં તત્ત્વોથી બંધાયે, અને બાળકનું બવિષ્ય નહારૂં નિવડવાનો ભય રહેશે.

જો આ વાત સત્ય હોયતો માળાપે પોતાનાં બાળકો ખાતર શુદ્ધ જીવન ગાળવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. મુખ્યત્વે કરીને બવિષ્યમાં થનારી માતાએ પોતાના માનસિક શરીરમાં શુદ્ધ અને પ્રેમાળ વિચારો રમતા રાખવા જોઈએ.

આની અસર જન્મતા પહેલાં બાળકને થાય છે. બાળકનો જન્મ થયા પછી પણ માતાએ બાળકનું રચૂળ શરીર પૌષ્ટિક તત્ત્વોથી મજબૂત બનાવવા ઉપરાંત તેના વાસનાશરીર અને માનસિક શરીરોને પોષવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જેમ એથી રોગગ્રસ્ત - રચૂળ શરીર બીજા નીરોગી રચૂળ શરીરમાં રોગ ધારે છે તેમજ નહારા વિચારોથી ભરપૂર માનસિક શરીર બીજા માનસિક શરીરોને બગાડે છે અને મુખ્યત્વે કરીને નાનાં બાળકો કે જેમની કોઈ પણ વૃત્તિઓ સારી યા ખાડી વિકાસ પામી નથી, તેના ઉપર બહુ અસર કરે છે. જો પહેલેથીજ રુદ્ધવૃત્તિઓ બાળકોમાં પોષવામાં આવે તો તેનું બવિષ્ય ઘણું સાડું થવા સંભવ રહે છે.

હૃદયબળની સાથે સાથે બાળકનું બુદ્ધિબળ વિકાસ પામવું જરૂર અને ધીરે ધીરે વિકાસ પામતી માનસિક શક્તિઓનો ઉપયોગ સારા હૃદય અને બળને લીધે બાળક સમાજના કલ્યાણાર્થે કરશે. હિન્દુસ્તાનમાં બાળકની રમરચુશક્તિ ખીલાવવા તરફજ ધ્યાન વિશેષ આપવામાં આવે છે. બાળકની અવલોકનશક્તિ કેળવવા તરફ તેમજ તેમની કલ્પનાશક્તિનો લાભ લેવા તરફ હૃદય માખાપનું ધ્યાન ખેંચાયું નથી. વાત ખરી છે કે બાળકને શું શિખવવું અને શું ન શિખવવું એ વિષે બિન્ન બિન્ન મતો છે, પણ આટલી વાત નિઃસંદેહ છે કે ચોપડીમાંથી સહેલાઈથી મળ્યા આવે એવી બીનાઓ મોઢાં કરાવી બીજી શક્તિઓનો વિકાસ થતો અટકાવી એકલી રમરચુશક્તિ કેળવવી એ ખોટું છે. કેવી રીતે બીનાઓ ખોળવી અને ક્યાં ખોળવી એટલું બાળક જાણે તો ખસ છે. હંકામાં પુસ્તક-પઠિત કરવા કરતાં બાવહાર કુશળ બાળકો અને બાળકોઓ તૈયાર કરવા એ માખાપ અને શિક્ષકોનું કર્તવ્ય છે.

આવી રીતે કેળવાયેલું બાળક બવિષ્યમાં એક ઉત્તમ નાગરિક થશે. દેશના કલ્યાણાર્થે તે પોતાનું જીવન વ્યતિત કરશે. આ સંબંધે “એકનપોવેલ” ની ‘બોયરકાઉટ’ સરથા સંબંધી બે બોલ બોલ્યા સિવાય ચાલતું નથી. આમાં જોડાયેલા બાળકો અચળ, બાહોશ અને સ્વાસ્થ્ય નીવડે છે. રકાઉટ હંમેશાં કંઈને કંઈ કાર્યમાંજ રોકાયેલા હોય છે. કાંતો તે સારી રીતે તરી શકે છે, ઘેરે બેસી શકે છે, જાડ ઉપર ઝાપથી ચઢી શકે છે, સાડું ગાઇ અને ગીતરી શકે છે, સાંઠે ખોરાક રાંધી શકે છે, અકસ્માતમાં મદદ કરવાની શક્તિવાળો હોય છે, તારા અને સૂર્યની મદદથી ભૂલા પડેલાને રસ્તો બોળી આપવામાં મદદગાર થઈ શકે છે. એટલે કે ખરી કેળવણીના અર્થ, વિચારો અને લાગણીઓને આચારમાં મૂકવાં એજ છે. સદ્વર્તન, કાર્યક્ષમતા એજ કેળવણી. આ બધું માતાએ જાણવું અવશ્યતું છે. જો માતાને બાળકેળવણી સંબંધે થોડો ઘણો ખ્યાલ હોય તો આપણા આર્ષાવર્તનું બવિષ્ય ઘણું ઉજ્જવળ થશે. જો મા કેળવાયેલી હોય તો તે દેશમાં થઈ ગયેલા મહાન પુરોનોનાં જીવન-વૃત્તાંત પોતાનાં ગ્રામજી આગળ સબળાવી દેશમેવાનું ખીજ ગોના મનમાં રોપશે.

જીવનના સરજાતનાં ત્રણ ચાર વર્ષમાં બાળક જેટલું શિખે છે, તેટલું બાકી રહેલી આખી જીવનમાં શિખતું નથી. આ ઉપરથી સ્પષ્ટ થશે કે સરજાતમાં બાળક ઉપર ધ્યાન આપવાની કેટલી આવશ્યકતા છે. આટલી વાત માત્રાપ અને શિક્ષકે ખાસ માદ રાખવી જોઈએ કે બાળક તન્ન હ્રમેય પ્રેમબળ જેટલું કામ કરી શકે છે, તેટલું દુનિયામાં કોઈ પણ બળ કામ કરી શકતું નથી. અને મતલ પ્રેમ બતાવવા સાર અથાગ ધૈર્ય રાખતું જોઈએ. આમ જો પ્રેમ અને ધૈર્ય ખાલવવા વડીલો પ્રયત્ન કરશે તો બાળસ્વભાવ સમજવાની શક્તિ ધીરે ધીરે તેમનામાં આવ્યા વિના રહેશે નહિ. મહાન જગદ્ગુરને પધારવાનો વખત નજદીક આવેનો જાય છે અને તેની આસપાસ તેના બહાલા શિષ્યો તરીકે રહેનારાં મનુષ્યો હાલનાં ઉછરતાં બાળકો છે. આ બાળકોને આ મહાન જગદ્ગુરની ઉત્તમ રીતે સેવા કરવાને લાયક કરવા એ આપણા હાથમાં છે.

ખરેખર જોને ઘેર બાળકો રમતાં હોય તે બાગ્યશાળી છે. પણ વધારે બાગ્યશાળી તો તેજ છે કે જે પોતાનાં બાળકોને દેશસેવા કરવાને લાયક બનાવવાને શક્તિમાન થાય. બધુઓ ! જ્યારે જ્યારે બાળકો જુઓ ત્યારે ત્યારે તેઓમાં પ્રેમ, પવિત્રતા, સૈદ્ધ્ય મુર્તિમાન થએલાં જુઓ, આથી માળકતું નિર્દોષપણું આપણામાં આવશે અને પહેલી દીક્ષા લેતી વખતે જે બીજા બાળક આપણે થવાનું છે, તે કાર્ય આથી સરળ થશે.

(દેવી સંદેસ)

ડી. એચ. હોરા.

## સટીક કેશવકલ્યાણ.

અનુવાદક પુરોહિત પૂર્ણચન્દ્ર શાસ્ત્રી.

(અનુસંધાન ગત વર્ષના અંક ૧ ના ૫૪ ૨૨૧ થી.)

[ ૬૬ સંપ્રદાયી ચિકિત્સા. ]

વ્યાધિ પ્રંદા પીપરમૂલા, દરિમસાર શુઠિ સમતૂલા;

ચવક માથ ચિત્રક બલ હલદી, કાઠા કંકુ અહણી દુખમર્દી. ૧૧૯

ભોરીગણી, તુલસી, પીપરીમૂળ, દરિમસાર, શુઠ, ચવક, માથ, ચિત્રક, બગબીજ અને હલદર એ સઘળાં બરોબર લઈ મિથા કરી પીવાથી પિત્ત પ્રોપથી શએલી અગ્રહણી દૂર થાય છે. ૧૧૯

( ત્રિદોષ જન્ય પ્રવાહિનો ઉપચાર. )

નાગર પીપર બીલી વારા, શુઠ મિલાય અવલેહી ચટારા;

પ્રવાહિકા પવન અતિસારા, એ સખ દર્દકરે તતકારા. ૧૨૦

શુઠ, પીપર, બીલી અને વાળા એઓનું ચૂર્ણ ગોળ બેળવીને ચાટવાથી પાતળા ઝડો, મરડો, વાયુ અતિસાર વગેરે મટે છે.

( સર્વ પ્રદારની સંઘડણી માટે કપાય )

ચાતુર્જીત ટાંક એક લેનાં, ધનિયા છરા તંતડિક લાના;

પીપરિમૂલ જવાની લીજે, દોદો ટંક ઇંદુકા લીજે. ૧૨૧

વસચક્ષુ ટાંક લ્યો ચારા, તાતે દુગણા દાહિમસારા;

અષ્ટક મિત્રિ ખાય ચૂરા, અહણી અતિસારહ દુખ દૂરા. ૧૨૨

તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નામકેસર એ ચાર મેળાને ૧ ટાંક, તથા ધાણા, છૂં, કોકમનાં બીજ ( કે કચ્છા ? ), પીપરમૂળ, અજમો, એઓ એએ ટાંક, વાંસની ગાઠો ચોર ટાંક, આઠ ટાંક દાદમનાં બી અને તેટલીજ સાકર લાઇ નિયમસર ચૂર્ણ કરી થોંચ માત્રા વડે સેવવાથી સંઘડણી અને અતિસાર સંબધી પીડા દૂર થાય છે. ૧૨૨

( અહણી કપાડગોળી. )

લોહા સીસા અશ્રક આના, ગંધક જવખાર ટંક મિલાના;

રસ ભાંગરા દિન ત્રય રગડાઈ, કલક ચીજ ફિર એતિ મિલાઇ.

ચાતુર્જીત ત્રિકલ અજવાના, ઇંદ્રજવ દોહિ છરા લાના;

પીપરમૂળ મોથ ગોદિ આંખા, ત્રિકટુ જેઠીમધ વજ પતિસાં પ્રા. ૧૨૫

ચવક લોદ્ર ખીલગિર પાઠા, વાસા ઇંદ્રજવ મરેઠી મજા;

અજમોદ સખસમ મોચરસાઈ, દુગુણા ગુડગોલી ટંકહ ખાઇ. ૧૨૬

ફિરિઆવ અહણી અતિસારા, શક્કકરી દઈ નિવારા;

સાધ્યાગધ્ય સંઘડણી કોઇ, અહનીકપાટ થલે સહી સોઈ. ૧૨૭

લોહભરમ, સીસાની ભરમ, અશ્રક ભરમ, શુદ્ધ ગંધક, જવખાર, એઓ ટાંક ટાંક ખાર લાઇ ૩ દિવસ જળ ભાગરાના રસમાં ઘુટવાં અને તે પછી નીચેની ચીજો મેળવવી એટલે કે ચાતુર્જીત ( તંજ, તમાલપત્ર, એલચી, નામકેસર ), ત્રિકલાં ( હરડાં, ખેંદડાં, આમળાં ), અજમો, છૂં, શાહછૂં, પીપરીમૂળ, મોથ, કેરીની ગોઠલીનો ગર્ભ, ત્રિકટુ ( શુંક, મરી, પીપર. ) જેઠીમધ, વજ, અતિવિષ, ચવક, લોદ્ર, ખીલાનોગર્ભ, કાળીપાટ, અરદુસો, મરેઠી, અજમોદ એઓ સઘળાં સમાન, ઇંદ્રજવ એક વસ્તુથી બમણા, અને મોચ-રસ બધી દવાઓની બરાબર તથા બમણો ગોળ લાઇ નિયમ મુજબ ગોળી ટાંક ટાંક ભારની કરી સેવન કરવાથી લોહીનું બેહું, સંઘણી, અતિસાર, શ્વા, પેટપીડા અને સાધ્ય વા અસાધ્ય સંઘડણી વગેરે સર્વ આ અહણીકપાટથી દૂર થાય છે. ૧૨૪-૧૨૭

( જવાની ચૂર્ણ. )

જવાની ખીલી દાહિમસારા, ચાતુર્જીત સંઘલ મિરિડારા;

મહોપધિ ધાનિયા પિપરિમૂલા, તંતડીક ઇંદ્રજવ છરા ધાવડીપુલા.

ટાંક અજમોદ ત્રિપટ મિત્રિ લાના, આષ્ટ ટાંક કોઠગિર આના;

ચૂરન દિનમે વખત દો ખાઇ, અહણી શુદ્ધ ખેન મિટ બાઇ. ૧૨૬

અજમો, ખીલી, દામદાણા, ચાતુર્જીત, મંચગ, મરી, શુંક, ધાણા, પીપરીમૂળ, કોકમ, ઇંદ્રજવ, છૂં, ધાવડીનાં ફુલ, એઓ એક એક ટાંક, અજમોદ ત્રણ ટાંક, સાકર ૭ ટાંક, અને કોઠાનો ગર્ભ આઠ ટાંક લાઇ સર્વનું વર્તમાળ ચૂર્ણ કરી દિવસમાં બે વખત પથ્ય મુજબ સેવવું તેથી સંઘડણી, ગોળા, અને ખેન-ક્ષાષ એ રોગોનો નાશ થાય છે. ૧૨૮-૧૨૯

(કથાયા પાઠ.)

કથાણસ શેર સાહિબારો, શેર બત્તિસ જલ હાલિ ઉકારો;  
 શેષ અણ શેર ગાલી લાના, કલ્ક ચીજ દ્રિર ધત્તી મિલાના.  
 વાસાં ધાવડી લોદ મણ્ડા, ચાતુર્જાત મોય સઠી પાઠા;  
 બીલી સઠી બડી હરયાધ, ત્રિકલ્કુ યદિ મધુ ચિત્રક લાઈ. ૧૩૧  
 અતિવિપ વાલો વ્યાધિ વિડંગા, ગજખીપર ઇદજવ સગા;  
 અજમોદ મિલામા દો છરા હાલી, પડવાસ પીપરીમૂલ કથાજાલી, ૧૩૨  
 સખ યહ પલપલ વજન તુલાઈ, સવા છ શેર ગુડ દિયો મિલાઈ;  
 ચાર શેરમાંહિ સહદ મિલાના, યથાશક્તિ બલ પાકલ ખાના. ૧૩૩  
 કથાપાઠ બગ ગુનદાર્થ, ગ્રહની અર્શ ગુહમ ગઢચાઈ;  
 કટ્ટી શૂલકા દર્દ કટાઈ, જઠરગાજ જાડા થકિબઈ. ૧૩૪  
 દો પૈસાભર માત્રા કીજે, દિનમાં દોઉ વળતકી લીજે;  
 દધિ ધૂત તક અગર લો દૂધા, યહ અનુપાન પાકસે સૂધા. ૧૩૫  
 ચાર ભાંતિકે અર્શાજઈ, ગ્રહની અતિસારહ થ'લાઈ;  
 \*ધાસ કાસ સત્તિપાત રૂ વાઈ, પિત્તખાંડુ સ્લેષ્મ અરૂચાઈ. ૧૩૬

કથાવાની છાલ સાડા બાર શેર લઈ ખીસ શેર પાણીમાં ઉઠાળી આઠ શેર બાકી રહે ઉતારી ગાળી લઈ તેમાં નીચેની ચીજો નાંખી. એટલે કે અરડસી, ધાવડીનાં ફૂલ, લોદર, મણ્ડ, ચાતુર્જાત, મોય, કાળાપાઠ, બીલી, બમણો પડકચૂરો, મોટી હરે, ત્રિકલ્ક, જીરીમધ, ચિત્રક, અતિવિપ, વાજો, લોંબકોરિંચડી, વાવડીંગ, ગજખીપર, ઇદજવ, અજમોદ, બીલામા, છૂંક, શહજર, પડવાસ, પીપરામૂળ અને કથાજાલ એઓ સર્વ બરાબર ચાર ચાર તોલો લઈ તેમાં સવા છ શેર ગોળ તથા ચાર શેર મધ મેળવી તે અવશેદ પોતાની બઢ-રામિની શકિત સુગળ સેવન કરવાથી સંગ્રહણી, ગુદાના મસા, ગોળો, ગડગુંબડ, કેડનો સલૂકો, પેટનો ગડગટક, અને હરત એઓ બધ શાય છે. સાપારણ રીતે એ પૈસાભાર અવશેદ દિવસમાં એ વખત ચાલી તે ઉપર દૂધ દહીં થી કે છરા પીવાય તો વધારે ફાયદો કરે છે. ઉપરાંત ચારે જાતનાં જવાસરિ, અતિસાર, સંગ્રહણી, દગ, ઉધરસ, સત્તિપાત, વાઈ, પિત્તપ્રકોપનો પાંડુરોગ, સ્લેષ્મ, અને મોં પરની કાળાસ એઓનો પણ નાશ કરે છે. ૧૩૦-૧૩૬

(આખળ નિકળતુ બંન થવાના ઉપાય.)

તનખસ હીનહ હોત અપાર, નિકસત આમન મૂલ દવારા;  
 ગુગલ કુચીલા કાથ અડીના, કરિરેં ગુટિકા ગુદ બિચ દૈના. ૧૩૭  
 પીઠદિશા અંગુલ દોઉ ખહોરા, ગુદા મૂલ દંભ દીજે ગંહરા;  
 કે રેતર હયાય લ ગોદ બધાઈ, આમન રોગ મૂલસેં ન્તઈ. ૧૩૮  
 નાગર મોંક હીમજ મિરિ કાલી, તેલ એરડીના બિચકાલી;  
 દિનમે એક ખેર નિતખાઈ, આમન ગ્રાહ દોઉ થ'લાઈ. ૧૩૯

બ્યારે શરીરની શકિત ઓછી થાય છે અને કર્મજાતનો ધક્કો વિશેષ બળ પડે છે ત્યારે ગુદામાંથી આંખળ બહાર નીકળે છે; તથાપિ શુદ્ધ ગુગળ, શુદ્ધ એરડીના, કાચો અને અરીજ એઓ ની યુક્તિપૂર્વક ગોળી કરી ગુદાની અંદર રાખવામાં આવે તો આંખળ નીકળતું

બંધ પડે છે. અથવા પીઠની બાજુએ એ આંગળને છેડે ગુદાના મૂળ નજીક દાંઘ દેવામાં આવે, અથવા રેતની થેલી મૂકી લગોટ મારવામાં આવે, અથવા મુંઠ, વરિયાળી, હીમજ અને કાળાંમરી, એઓનું ચૂર્ણ એરંડીયા તેલમાં કાવતી દિવસમાં ૧ વખત ખાવામાં આવે તો આંગળ અને દરતનું દર્દ એ બેઠ મટી જાય છે. ૧૨૭-૧૩૯

(અર્ધના પ્રકાર અને ચિકિત્સા.)

પાંચ પ્રકારે અર્શા હોઈ, ખૂતી બાદી મસિયા કોઈ;  
દૂઝનિયા રંગતિયા જાતી, ભગંદર આદિ ઐર સપતાતી. ૧૪૦  
કેસર માંખન ફાઉ ભલિ ખાના, અર્શા શોણિત તુરત થ'લાના;  
છિદ્ર સમેત એલચી ખાધ, એક માસમે' અર્શા જાધ. ૧૪૧

મસા-ખવાસીર-મૂલબાધ-અર્શ એ રોગ પાચ પ્રકારનો છે, એટલે કે બાદી, ખૂતી, મસિયા, દૂઝિયા, રંગતિયા એ પાંચ છે. અને ભગંદરના ભેદ બેજવી ગણિયે તો બાર પ્રકાર છે. એ બધાઓને માટે નાગકેસર અને માંખણ મેળવી યોગ્ય માત્રાએ ખાવાથી મમામાંથી દોહી પડતું હોય તે બંધ થાય છે. અથવા છેતરાં સહિત રોજ એલચી ખાવાથી એકમાસમાં અર્શ રોગ દૂર થાય છે. ૧૪૦-૧૪૧

(અન્ય ઉપાય.)

પાંચ સેર પય દિયો ઐઠાઈ, પેાન સેર હરડે દિલવાઈ;  
પાવ સેર ખાંડ હયો ખૂરા, પાંચ ટાંક રામઠકા ચૂરા. ૧૪૨  
પય શીતલ કરી પીછે મિલાના, ટાંક દોઢ રન નિત ખાના;  
દિન ઈક્કીસ ગુદ ધૂપ લગાઈ, જરુ સહિત હરશા સખ જાધ. ૧૪૩

પાંચ સેર દૂધને કઠી માવા જેવું જનાવી નીચે ઉતારી ઈર્ષા પેઝી તેમાં પુણેશોર હરડેનું ચૂર્ણ, પાશેર બૂઈ અને પાંચ ટાંક ચોખી હોંગતી બૂઝી મેળવી તેનો રોજ દોઢ દોઢ ટાંક ભર ઉપગોગ કરવો જેથી મૂળ સહિત અર્ધ જાય છે. એ દવા ખાવાની સાથે એક-વીશ દિવસ લગી મસાને આપવાની ધૂણીઓ પંજી જે માફક આવે તે ધૂણી દેવી. ૧૪૨-૧૪૩

(પુનઃ ઉપાય.)

ટાંક દશહ રામઠ ફા રાલી, બીસહ ટાંક કડાયા છાલી;  
ગોદધિ સાથ ચૂર્ન ટાંક ચારા, સાત દિનાં સખ અર્શા વિદારા. ૧૪૪

દશ ટાંક હોંગતી બૂઝી અને વીસ ટાંક કપ્પાજવતું ચૂર્ણ ગાયના દહીં સાથ મેળવી ૪ ટાંકના અંદાજે સાત દિવસ લગી મેવનુંકરવામાં આવે તો અર્શ માત્રનો નાશ થાય છે. ૧૪૪

(પુનઃ ઉપાય.)

શખી સોમલ દાદમિયા દોઢ, ટાંક ટાંક ભર લેના સોઈ;  
ખેર અંગારે પ્યાજ શેકાના, તામે' રજવી વહાં લગાના. ૧૪૫  
એકાંતે દિન મલમ લગાધ, પ્યાજ છિલા તાપર ખ'ધાઈ;  
ઉપર દહ લ'ગોટ ખ'ધાના, દિન અષ્ટે સખ અર્શા મિદાના. ૧૪૬

શખીયો અને દાદમિયો મોખવ ટાંક ટાંક ભર લારી, હુંગળીને ખેરના અંગારા પર ગેઝી તેના રમ સાથે તે ધુવવા અને મમાપર તેનો શેષ કરવો. એમંતરે મખમ લગાવવો તથા

તમામ પ્રકારના મસા મટી જાય છે. ૧૪૫-૧૪૬

( પુનઃ ઉપાય. )

મોમ રાસ મોર થા લાઈ, મલમ લગાચે અર્શાં જાઈ;  
કે પોત બકાયન આદુ દોઈ, રંગી બાંધે અર્શાં ન હોઈ. ૧૪૭  
પત નિગોઠ કે છાંહ સુકાના, ટાંક અઢી દિન એકવિસ ખાના;  
પથ્ય સહિત રહ કરે દવાઈ, મૂલ સમેત બવાસીર જાઈ. ૧૪૮

( તેજ તક્ષીનું લોહાની ટકીમાં ગરમ કરી ) તેમાં મધપુટાનું મીણુ, રાજ અને મોર-  
ચુચુ ચોખ્ખાં અંદાજે મેળવી મલમ બનાવી મસાપર લગાવશે જેથી અર્શ નાશ પામે છે. અથવા  
બકાયન લોમડીનાં પાન અને અરીચુ એ બેઉને ઘુટી અર્શપર લગાડાયેથી અર્શ મટી જાય  
છે. અથવા નગોડનાં પાંદડાંએ છાંયડે સુકવી વજ્રગાળ ચૂર્ણ કરી એકત્રીસ દિવસ લગી  
દરરોજ અઢી અઢી ટોંકમાર કાકનાં અને અર્શ રોગમા ગણાતાં કુપથ્ય તજવાં જેથી બવાસીર  
નાશ પામે છે. ૧૪૭-૧૪૮

( એજ માટે કંઠાયની ગુટિકા. )

ઠણા દોય પલ દો જવખારા, ત્રિફલા ચબ્બક ચાસ;  
સુસલી હરડ મિરિ સળિજ ચિત્તા, પંચ પંચ પલ યહ સખ મિત્તા.  
અષ્ટ લિલાવા ખર પલ સુંઠી, સખરો દુગુનિ સૂરન કૃતી;  
સખરો દુગુના ગુઠ મિલાયઈ, ચાર ટાંકડી ગોલી બનાઈ. ૧૫૦  
ગોતક સાથ ખાત નિત ખાતા, દ્વાદશ અર્શાં દૂર બહાના;  
પાંદુ કમલા મહની જાઈ, ગુટિકાકાયનિ કુધા લગાઈ. ૧૫૧

લોડીપીપર ૮ તોલા, જવખાર ૮ તોલા, પીપરી મૂળ, ત્રિફલા અને ચબ્બક એ ૧૬-૧૬  
તોલા, તથા મુશલી, હરડેળ, મરી, સાજ અને ચિત્રક ૨૦-૨૦ તોલા, મિલામા ૩૨ તોલા,  
ગોલીસ તોલા સુંક લઈ એ સર્વથી બમણું મુરખનું ચૂર્ણ અને એમો સર્વથી બમણો ગોળ  
મેળવી ચાર ચાર ટાંકડી ગોળા બનાવવી અને તે ગાયત્રી ઊંચ સાથે સવારે ઉપયોગમાં  
લેવી જેથી સર્વ જાતના અર્શ જાય છે. તથા પાંદુ, કમળો સમઠણી અને અરગિનો નાશ  
કરે છે અને સૂખ લગાડે છે. ૧૪૯-૧૫૧

( પુનઃ ઉપાય. )

સૂરન કંકુ લિંગ પીપરીમૂલા, ચિત્ર લિલાવ સજ્જ સમતૂલા;  
ત્રિકટુ ગજપીપર જવખારા, દોઢ મુશલી સખ સમલારા. ૧૫૨  
ગુઠ મિલાય ગુટિકા નિત ખાઈ, અર્શ સંબહણી દૂર બહાઈ;  
શૂલ ગુદમ ચાસ કંકુ કાસા, શોષ મંદાગ્નિ કરત ચિત્તાસા. ૧૫૩

સૂરણ, કંકુ, લિંગ, પીપરીમૂલ, ચિત્રક, મિલામા, સાજખાર, ત્રિકટુ, ગજપીપર, જવ-  
ખાર, મોળા મુશલી એમો ત્યાં બરોબર લઈ એમોનું વજ્રગાળ ચૂર્ણ કરી ગોળ મેળવી  
ગોળીઓ બનાવી ગોળ દરરોજી અને, મંદાગ્નિ, ગળ, ગોળો, દમ, કફ, ઉધરસ, શોષ  
અને મદાગ્નિ એમોનો નાશ થાય છે. ૧૫૨-૧૫૩



( પુનઃ ઉપાય. )

અમાર દૂધેલી પાત બઢૈજ, ગવા તકસે નિત ઉડી દીજૈ;  
ફિર ચાવલકી બિજ બનાઈ, ગવા ઘોળસે દિયો પિવાઈ. ૧૫૪  
વાયદા સસ દિવસકા દીજૈ, અર્શ મૂલસે સર્વ હરીજૈ;  
વૈધરાન્ય કહેવે સખ કોઇ, કે કાંકસી પત શુક ખાઓ દોઇ. ૧૫૫

અમાર દૂધેલીનાં પાંદડાં બાણી તેને ગાયની બાજ સાથે હમેશાં ઉપયોગમાં લેવાં અને ચોખ્ખાનો ખીરજ બનાવી ગાયના દહીના ઘોળવા સાથે પાવો જેથી સાત દિવસમાં મૂળ સહિત અર્શ મટે છે. અથવા કાંકસીનાં પાંદડાં ગોળ સાથે ખાવાથી અર્શ મટે છે, એમ બધા વૈદો કહે છે. ૧૫૪-૧૫૫

( પુનઃ ઉપાય. )

પક્ષા કદલીફૂલ એક લાના, વાલ એક માંહિ સૂરત ખાના;  
ગોધૂત ટાંક પાંચ પિયે કોઇ, ત્રીન દિનાં થંભત અર્શ લોહી.

પક્ષા કેળાની અંદર ૧ વાલ ભાર સૂરજનું ચૂર્ણ ભરી તે ખાઈ જવું અને તેની ઉપર પાંચ ટાંક ગાયનું ધી પીવું એમ ત્રણ દિવસ દરવાચો અર્શમાં પડતું લોહી બંધ પડે છે. ૧૫૬

( એજ માટે ધૂણી. )

નાગકેસર રોવાલ આર નાગર શૃંગ આંકૂર અફીમ નીલાંબર;  
પાપાણુ લેદ રતાંજલી બીજૈ, ધૂત બિલાયકે ધુની દીજૈ. ૧૫૭

નાગકેસર, સેવાલ ( કે જે પાણીમાં ઝાડવા રૂપે ઉગે છે તે ), શુક, શીંગડાનાં મૂળીઆં, અફીણ, ગળાબલ કપડું, પાપાણુ ભેદ ( લાકડિયો ) અને રતાંજળી લઈ ધીમાં મેળવી એની મસાને યુક્ત પૂર્વક ધૂણી દેવી જેથી મસાની પીકા દૂર થાય છે. ૧૫૭

( પુનઃ ઉપાય )

અંધાણ પંચાંગ બંટાના, કે શુક પર લંગોટ બધાના;  
સાજ ચોખ રગડી જળ ઉન્હા, લેપ લગાત અર્શદુખ ન્યૂના. ૧૫૮  
કે મસ ઉપર મલમ લગાઈ, કૂર દધીકી પીંડ બંધાઈ;  
જડ સમેત અર્શા સખ જતના, ચાવલ ગો ધૂત શુંગ અનુપાના. ૧૫૯  
અર્શા ચાંદી યૌ રૂઝવાઇ, કંથા માયા ધુટી બંધાઈ;  
કે સીસક ગોધૂત ધસી લીજૈ, અર્શ ઉપર લેપ કરીજૈ. ૧૬૦

અંધાણનાં પાંચે અંગ લઈ તપાસી ધુટી તેની લુગદી શુદ્ધતા મમાપર લગાવી લંગોટ લગાવવો. અથવા સાજ અને ચોખા ઉના પાણીથી ધુટી અર્ધપર તેનો લેપ લગાડવો. અથવા ભાત દહીની પીંડીનાંધવી. અથવા કથો અને માજુદળ બારીક ધસી દળાવવા તથા ભાત મગ અને ગાયનું ધી સેવન કરવું. અથવા શુક કરેલા સીસાને ગાયના ધી માથે ધસી મસાપર લેપ કરવો જેથી મમાની પીકા દૂર થાય છે. ૧૫૭-૧૫૯.

( એજ માટે મહર્ગ. )

હરદી ગૂરત પાવહ લીજૈ, લાવત રોલ વજોપય દીજૈ;  
પાંચ ટાંક પીંડી કરી લાઈ, તાપર પીપરપાત બંધાઈ. ૧૬૦

હળદરનું ચૂર્ણ પાશેર લઈ તેને ચોરના દુધની ચોળ વાવના (પુટ) દીધ તેની પાંચ ટાંક ભારની પીંડી કરી મશાપર રાખી અને ઉપર પીપરનું પાન મૂકી લગોટ કસવો જેથી આરામ થાય છે. ૧૬૦

( પુનઃ ઉપાય )

સાચોરા સાથે જવખારા, ટાંક ટાંક લેના રાખ સારા;  
આર ટાંક કલિચૂનો લીજે, બદલીપતસે ગુટિકા કીજે. ૧૬૧  
ગુદગિચ ગુટિકા લીજે સોઈ, અમદિનાં મસમૂલ નસોઈ;  
કદાચિત્ત જે ટાંકી પરહી, ફિર તાકેપર મલમ ધરહી. ૧૬૨

સાચોરાખાર ( પાપડીઓખારો ), સાંછખાર અને જવખાર એ બેમાં ટાંક ટાંક ખાર અને કલિચૂનો ૪ ટાંક લઈ ચોરડીનો પાંદડો સાથે ઘુટી ગોળી બનાવી ગુફાની અંદર ૭ દિવસ મૂકાવવી જેથી મલા મલ સમેત નાશ પામે છે. કદાચિત્ત આળાસ યદ્ય ટાંકી ( ચાંદી ) પડે તો નવે કદોલો મયમ લગાડવો જેથી આરામ થાય. ૧૬૧-૧૬૨

રાસચેતકરથા રાગ કીજે, ગોધૂત ગર્ભજલે મથિ લીજે;  
કરિ રીતતા ગુદ મલમ લગાઈ, હોત કંડા મસ આંદિ રૂઆઈ,  
ધૂંસા સરસવ દાનો લેના, સુધે કબૂતર ચિર્કસમ દેના;  
કનકપુટ તદાંછે ગોલી, ગુદમસ લગોટ બંધે મસત્રોલી. ૧૬૩

રાગ અને કેવડીઓ રાધો એ બેઉ સમાન લઈ ગાયના ધીની અંદર નાંખી ઉઠ્ઠા પાણી સાથે ૨થી મલમ બનાવી રીતજ થયા પછી ગુદના મસાપર લગાડવો જેથી થડક થાય છે અને આંદી રૂઝાય છે. અથવા પ્રરનો ધુગાસ અને સરશવ એ બેઉ લઈ તેની સમાન મૂકકા અને કબૂતરની હવાર મેળવી ધંતુરાના રસના પુટ દીધ હાશની આછ સાથે ઘુટી ગોળી બનાવી ગુદના મસાપર લગાવી લગોટ બધાવવો. ૧૬૩

( પુનઃ મલમ. )

બેરબ કુદર ખાપરિયાઈ, ટાંક ઝોક માંહિ જામ મિલાઈ;  
પટ ટાંકલે ગોધૂતકા લેના, મલમ લગોટ મિટત મસ છેના. ૧૬૪

બેરજો, કુદર અને ખાપરિયો એ એક એક ટાંક લેવો અને મધપુદાનું મીણુ એક ટાંક તથા ૭ ટાંક ગાયનું ધી લઈ મલમ બનાવી એટલે કે લોખંડના વાસણમાં ધી ગરમ કરી મીણુ મેળવી બાકીના પદાર્થ મેળવી હલાવી ઘણડીમાં ભરી દેવો. ૧૬૪

( ભગંદર ચિકિત્સા. )

રાસા ઘાઉ શોધન લલો, લંધન રેચક દંલ;  
મલમ ગરમજળ ધોધયે, હોત ભગંદર ભગ. ૧૬૫

બગદરવાળાને નરતર દેવરાવનું, જળખને શોષનું, લંધન કરાવનું, રેચ આપવા, ઠાંભ દેવા, ઉઠ્ઠા પાણીથી જળમ મોલું અને મયમ આદિ વપયોગમાં લેવા જેથી ભગંદર નાશ થાય છે. ૧૬૫

( લેખન પદ્ય. )

ચોખ મુઠે કસીમહી લેના, વિષ કુચિલા યુધા સમ દેના;  
જવ ચિલાયદે લેમ લગાના, ભગંદરક ગળ જોધે મિકાના. ૧૬૬

ત્રિફલા ખંબુલ છાલ મિલાઈ, બદ્રીકચેર આવળવણી આઈ;  
અંકોલી પિચુમંદ ઇંગોરી, કાથ મછઠ કરી સમ તોરી. ૧૬૭  
વજ કાચફલ અરૂ માચુ કસીસા, જવ કસેલ પંચમૂલહ પીસા;  
રાલ ચોપચીની હીરાદછનાના, કરી ચૂરન પાઓશેર મિલાના. ૧૬૮  
પાની પાંચશેર ઊકારી, આધા જલાયકં લેના ઠારી;  
એહી જલે ભગંદર ધોઈ, તા પીછે ઝોપધવિધિ હોઈ. ૧૬૯

ચોખ, મુંઠ, કસીસ (હીરાકસી) અને એરકોચલાં, મોરથુચુ એ જોરોજર લઈ પાણી સાથે ઘુંટી લેપ લગાવે એથી ભગંદરની જગાતું શોધન થાય છે. અથવા ત્રિફલાં, આવળની છાલ, ખોરડીની છાલ, કચેરની છાલ, આવળની છાલ, કપાસની છાલ, અંકોલની છાલ, લીંબાની છાલ, ઇંગોરિયાની છાલ, કાચો, મછઠ, વજ, કાચફલ, માયાં, હીરાકસી, જવ, કસેલાં, (કસેરૂ ફળ થાય છે તે), પંચમૂળ, રાજ, ચોપચીની અને હીરાદછાચુ એઓનું ચૂર્ણ પાશેર લઈ પાંચ શેર પાણીમાં ઉકાળવું અને અઢીશેર રહે ત્યારે નીચે ઉતારી ઠંડું થયા બાદ ભગંદરનો ધા ધોવો એથી શોધન થાય છે. તે પછી ઝોપધ થાય તો ઘુરત કાચદો મળે. ૧૬૬-૧૬૯.

( પુનઃ ઉપાય. )

મુખા સારોડી ગલો વડપત્તા, પદમક કપૂર વાંટો જલતપ્તા;  
શુંજ મેદીપત સોનમુખીસોઈ, ઉકારીકે લો ભગંદર ધોઈ. ૧૭૦

મખા, સારોડી, ગલો, વડનાં કુણાં પાંદડાં, પદમક, અને કપૂર એઓને ઉઠાપાણી સાથે વાટી લુગદી બનાવવી, તથા અણીડીનાં, મેદીનાં, અને મીઠીઆવળનાં પાંદડાં ઉકાળી તે પાણી વડે ભગંદરનો ધા ધોઈ તે ઉપર વાટી રાખેલી લુગદી મુખી દેવી એથી ભગંદરું શોધન થાય છે. ૧૭૦

( રક્તપિત્ત ભગંદરનો ઉપાય. )

તિલ વટખાન શુંઠ શ્રીખંડા, જેઠીમધ ગલો પગ્ગક એરંડા;  
મહીન કરિકે લેપ લગાઈ, લીટ લગોટ ભગંદર જાઈ. ૧૭૧

કાળા તિલ, વડનાં કુણાં પાંદડાં, સુંઠ, સફેદ ચંદન, જેઠીમધ, ગલો, પદમક, અને એરંડ પત્ર એઓને ખારીક ઘુંટી ધા ઉપર લેપ લગાવી તે ઉપર લગોટ લીટનો એથી ભગંદર નાશ પામે છે. ૧૭૧

( ઉશ્ચીવ ભગંદરનો ઉપાય )

ખાર લગાય કટાઇથે જેહી, ઉનકોં સલમ લગાના એહી;  
થિતતિલી સૂદમ રગઝાઈ, ઘૂત મિલાયકે લેપ લગાઈ. ૧૭૨  
શસ્ત્રધાવ ઉદન દંભ ખારા, ગર્મ તેલ સીંચો વારહીવારા;  
રસવંતી લીંબપત્રહ લાઈ, ખારી બાંધે ભગંદર જાઈ. ૧૭૩

ખાર લગાવી કાપી ધોલા તલને ખારીક ઘુંટી ધીમાં મેળવી ચોપડવા. અથવા નસતર મૂકાવવું, ડાઠ દેવરાવનો, ખાર મૂકાવનો અને ઉંડું લેપ વારંવાર સિંચ્યા કરવું. અથવા રસવંતી અને લીંબનાં પાદડાં ત્રણ-ઘુંટી ગજર પદખાંપનો એથી આગમ થાય છે. ૧૭૩

( પુન ઉપાય )

થુથા મિરિ અરૂ મનસિલ લાઇ, રાનગોળરી સરમ મિલાઇ;  
શુદ્ધ ધૂમસ કાસાંજન લીજે, લીંબ એરંડ ઢાઢીકી મીંજે. ૧૭૪  
સાતો ચીજ સમાનહ લેના, દુશુના તિલિ તેલ રગાના;  
વાસન તાંબે બીચ મિલાઇ; ચાર પ્રહર રગડે મન લાઇ. ૧૭૫  
દિનમે' ઢાઉ વખત યહી લાના, દિન એકીસ શુદ્ધ લેપ લગાના;  
ટાંક મિરિ ગોઘૂત ટંક ચારા, ઢાચીજ ખાય ભગંદર હારા. ૧૭૬

ગોરથુથુ, મરી, મણસલ, ગાડાયાગણાની ગળ, વરતો ધૂમસ, કાસાંજન, લીમોળાનીમોળ અને એરંડમોળ એઓ સખાં સમાન લઇ બગણા તેલ માટે નાંખાની કથરોટમાં ચાર પહોર છુટી તે મલમ વિવસમા બે વખત લગાડવો અને ૨૧ દિવસ લગી ચાલુ રાખવો જેથી ભગંદર ગટે છે. અથવા મરિયા અને ગાયતુ ધી ચાર ટાંક બાર લઇ ચોખ મમમ સુધી સેવતું જેથી ભગદર નાશ પામે છે. ૧૭૪-૧૭૬

( પુન ઉપાય. )

\*થુથા અગ્નિ ફૂલાય મહી જૈ, કપિલા ખાપરિયા સમ લીજૈ;  
અચનળ અંતર્ધૂમ જારી, મલમ ભગંદર દેત નિકારી. ૧૭૭  
સિંદૂર માયાં ફિટકી ફૂલા, સિમ્બ સુદેહા કપિલા તૂલા;  
સીસા પારા કજલી કરના, મસ્તકી રાળ થુથા પુનિ ધરના. ૧૭૮  
મથના ગોઘૂત સંગ મિલાઇ, એક દિન અંતર મલમ લગાઇ;  
નિશ્ચૈ સખી ભગદર જાઇ, ઓર જખમ સખ જાત સુકાઇ. ૧૭૯  
નિફલા ચૂરન અસ્થિ મિલાઇ, રગડીજૈ ગોઘૂત મન લાઇ,  
કરના લેપ ભગદર પૂરા, નિશ્ચૈ હોત ભગદર દૂરા. ૧૮૦

કપિલા અને ખાપરીયો બરોળા લેવો. ફાવેલુ ગોરથુથુ ચોખ માત્રાએ લેતું અને ઘોડાનો નખ ( હાંસામાં નાખી તેનું મ્હોં સીકી ગળી ૫૦ ગણી ) ગાળેલો લઇ તેનો યુક્તિપૂર્વક મલમ બનાવી ઉપયોગમાં લેવો. અથવા સિંદૂર, માયાં, ફાવેલી ફટકડી, ફિંગલે, કલ્કા મંદેહા અને દુધાચો એઓ બરોળા લેવં. સીમા અને પારાની કજળી ( કાજળ ) કરવી, તે પછી રૂમી મસ્તકી, ગળ, અને ગોરથુથુ વાડી ચાખના ધી માટે તે બધી માત્રા મેળવી મધી મલમ તૈયાર કરી દર એકાદરે લગાવતું જેથી અવરમ ભગદર અને બધી જાતના જખમો મટી જાય છે. અથવા ગાણસના ફૂલ ( રમરાનમાની હાડકાં ), અને નિફળાનું ચૂર્ણ એ બેકતે ગાયના ધીમાં ખૂબ મધી તેનો ભગંદર ૫૦ લેપ કરવો એટલે ભગદર નાશ પામે છે. ૧૭૭-૧૮૦

( પુન ઉપાય )

ચૂર્ન ગંડા પગડા લીજૈ, ધરી વંનિહ પર ધૂપહ દીજૈ,  
સાત અગર ચાદા દિન તાંઈ, દર્દ ભગંદર ફર બહાઈ. ૧૮૧

ગંડાના પગની નાળાનું ચૂર્ણ અતિ પર ગળી તેનો ચુનને ધૂપ ત્રી જેથી ભગંદર સાત અથવા ચાર રોગમાં નટી જાય છે. ૧૮૧

( રક્ષિત ભગંદર ઉપાય. )

ચંદન જેઠીમધ એરંડ મીઠા, તિલ પચરુ\* રગડા સખ ચીન\*;  
ભગંદર પર લેપ લગાઈ, પાટે ચાદ ભગંદર બાંધ. ૧૮૨  
શુક સાટોડી ગળો વડપાના, રગડી બાંધે ભગંદર બાંધા;  
ગંધક તેલ લગાના ચાઇ, જલમલ હોય ભગંદર બાંધ. ૧૮૩  
ઢાઢલદી અર્કપચ દોઇ, રગડી ભૂકા કરના સોઇ;  
સ્તુહી પચસે\* ઘસી લેપ લગાઇ, ભગંદર આદિ સલી પ્રભુ બાંધ. ૧૮૪

ચંદન, જેઠીમધ, એરંડમીઠા અને તલ એઓ દૂધ સાથે રગડી લેપ લગાવવો જોઈ  
ચાદ પાટા બાંધતાં ભગંદર દૂર થાય છે. અથવા શુક, સાટોડી, ગળો, અને વડેનાં પાંદડાં  
એઓને છુટીને લેપ લગાડવાથી ભગંદર મટી જાય છે. અથવા ગંધકનું તેલ કિંવા ગંધક  
અને તેલનો લેપ લગાવવાથી ભગંદરનો નાશ થાય છે. ૧૮૨-૧૮૪

( દોહરા. )

કમલા મધુ સુવારખી, પંચ પાંડુ અતિસાર.

કેશવ પંચમ વિલાસમે, હરસ ભગંદર હાર.

૧૮૫

કવિ કેશવદાસ કહે છે કે-આ પંચમા વિલાસમાં કમળો, મધુરો, સુવારખી, પાંડુ, અતિસાર,  
અર્ચ અને ભગંદર એટલા રોગનું નિદાન અને ઉપાય કહ્યા-(બાકીના છૂંદામાં કહીશો) ૧૮૫.

પ્રતિજ્ઞા કેશવદત્તાણુ ગ્રંથ વિષે કમળો, સુઓરો, સુવારખી, પાંડુ, અતિસાર, સંપ્રદણી,  
અર્ચ અને ભગંદર ઇલાદિ દર્દેચિકિત્સાકથન નામનો પાંચમો વિલાસ પૂર્ણચંદ્ર અંચળેશ્વર  
શર્માકૃત\* અનુવાદ સુકત પૂર્ણ થયો.

## રસીકાર.

દશાગ્રીમાલી—આનામનું માસિક અધિપતિ અને પ્રકાશક રા. શુભવંતલાલ છોટાલાલ  
દેશાઈ કાંદવાડી ગીરમામ મુખ્ય એમના તરફથી અમરે મળ્યું છે. લગ્નજન રૂ. ૧-૦-૦  
ટપાલ ખર્ચ સાથે-છે. આ માસિકમાં જ્ઞાતિ સંબંધીના અને પરચુરણ-વિષયો પણ આવે  
છે. જ્ઞાતિની ઉન્નતિ સંબંધી અધિપતિ જે પ્રયામ કરી રહ્યા છે તે સ્તુતિપાત્ર છે.

વિજય કૃષિભાઈ—આ નામના પુરોહિતના નંબર ૧ થી નંબર ૪ સુધીના મહુકા  
અમને તે માસિકના લેખક અને પ્રકાશક રા. સ. વજેરામ મોતીચંદ સતનશી નાગોરી,  
ડીપ્લોમાઇડ અને ગોલ્ડ મેડલીઈ ઇન એગ્રીકલ્ચર, મુ. જમનગર એમના તરફથી અમને મળ્યા  
છે. આ ચારે મહુકા વાંચ્યા પછી અભિપ્રાય આપવા માટે અમે સુવનની સખ્યું હતું. જે  
કે હાલ મારો ચાલુ ધંધો વધીવાતનો છે, તે પછુ બાંધવાવરવાથી મને વેચકનો રોખ  
હોવાથી તે ધંધા તરફ પછુ મેં પૂરતું ધ્યાન આપ્યું છે. તેવી જ રીતે જેના જીજ્ઞાસા  
બોગસદ તાલુકાના આસોદર મામે આગતમાં અમારી લગ્નમગ સો નીચાં જમીન છે તેમાં

\* મુજ પાક અત્યંત શુદ્ધ કરવા બીજા પ્રેરોને આધાર યેવા છતા-પણ તેણે તેની સખ્ય  
સેલિ કે અર્થશેત્રિ મુકા ક્યાંક ક્યાંક ધવા પામતો જનથી; જેથી રાંસદોષ રટી જાય તે માટે  
શુદ્ધ વેધવશે સુધારી સ્વાનુભવ સાથે સાર્ય કરી શુદ્ધ કરવા કૃપાવન થશે જ. લા. કર્તા.

ચોડી જમીન તો કુવા વાળી છે. આ જમીનમાંથી કેટલીક સાંધે વવરાવવામાં આવે છે તે કેટલીક કુવા પરની-જમીન મારા બંધુ ભોળાનાથ બાગે વવરાવે છે. ખેતીના કામમાં કેવી રીતે સુધારો થઇ શકે તે બાબતના મારે હમેશ માટે મન આગ્રહ હોય છે. કારણ ઈશ્વર ઇચ્છા હોય તો હંદગીના ઉત્તરાર્ધ ભાગમાં જાગાઇત થઇ શકે તેવી અને જરાઇત જમીનમાં સુધારા કરી તેવી જમીનમાં નિવાસ કરી કુદરતી જીવન ગાળવાની મારી ઇચ્છા છે. આ ચાર મણકામાં—

૧ પહેલો જમીન.

૨ બીજો ખેડ અને જોતર.

૩ ત્રીજો ખાતર અને તેની સંભાળ.

૪ ચોથો બીયાં અને તેની સાચવણ.

આ ચાર મણકા મેં ધ્યાનપૂર્વક લેયા છે તે તે બી દરનાર કૃષિકાર-ખેડુત વર્ગને આપત ઉપયોગી છે. લેખકે એ મણકામાં દરેક વિષયનું વર્ણન માત્રાત્મ વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિએ અને ખારી-કાપાથી કરેલું છે, એટલુંજ નહિ પણ તે સાધારણ સમજદાર પણ સમજી શકે તેવું છે. સાંપ્રત કાળમાં ઝડપના અનિશ્ચિતપણાથી ખેડુનોની સ્થિતિ દુઃખી થતી જાય છે. ખેડુનો ખેતીમાં અથાગ શ્રમ કરે છે છતાં તેમને પોતાની જમીનમાંથી ખાર માસના નિર્વાહ પુરુષ અનાજ પણ મળતું નથી. તેમાં પહેલું કારણ ઝડપનું અનિશ્ચિતપણું, બીજું કારણ ખેતીની વિદ્યા સખાંથી અજાણ, અને ત્રીજું કારણ નિર્ધનાવસ્થા એ છે. જમીનમાં જે સારો પાક થાય તો નિર્ધનાવસ્થા દૂર થાય એટલુંજ નહિ પણ ઝડપનું અનિશ્ચિતપણું હોય તો પણ કેટલાંક વિદ્વાને કે હરકતો છતાં પણ પાકનો જવાબ કરી કસાય. એકંદરે આ પુસ્તકો ધણી ઉપયોગી હોવા છતાં દરેક મણકાની કિંમત રૂ. ૦-૪-૦ રાખી છે. રૂ. રા. વજેરામભાઈએ આ પુસ્તકો અહરપાકવામાં જે શ્રમ લીધો છે તેને મારે તેમને ધન્યવાદ થયે છે.

અંકુશ—આ માસિકનો અંક ૪-૬ માં અમને અધિષ્ઠિત શ. શંકરલાલ મણિયાકર ગોવિંદજી યુ. જામનગર એમના તરફથી મળ્યો છે. વાર્ષિક લગાજન રૂ. ૨-૦-૦ પોષ્ટેજ માગે છે. માસિકના લેખો પ્રકાશ પ્રકાશના છે તે વિદ્વાનવર્ગને હાથે લખાય છે.

સાંપ્રત સમય—આ નામના માસિકના કેટલાંક અંક તેના પ્રકાશક અને તંત્રી શ. ગગારાંકર ઉત્તમરાય તરફથી અમને મળ્યા છે.

એ માસિકમાં નારદના નામથી લખાતાં લેખ દારવરસ વિષત દરનારા અને ચાલુ જમાનાને અનુસરતા છે. લેખક મી. નારદને અમે કેટલાંક વખતથી જોળખીએ છીએ. તેઓ સ્વભાવે સાન્ત હિસાહી અને માયાળુ છે. અમારા તરફ પણ કાંઈ વખતે તેમના લેખો આવે છે, અને તે ઉપયોગી હોય છે. સાંપ્રત સમય હજુ તેની આસ્થાવરથામાં છે છતાં પણ આગળ જતાં તે લોકોપયોગી થઇ પડશે એમ અમને લાગે છે.

ધી ઝોરીએન્ટલ રૂઝ અને કેમીકલ કંપની શીશ બીદડીંગ્સ જુમા મસજીદ મુબઇ એમના તરફથી એક શીશી રોમીનીયા એઇલની તથા ઝોરા મોહિનીની અમને તા. ૨૩ માર્ચ સન ૧૯૧૮ ના મન સાથે મળેલી તેની અજમાયસ કરી તે મુબઇ અમારા અભિપ્રાય પ્રકટ કરના તેમના તરફથી લખાઈ આવેલું. રોમીનીયા એઇલની શીશી ચાલુ મના નાને અતુમરી અપકોટની છે. અને તેમાં ઉચી ભતના સુગંધી પદાર્થો હોવાથી તેની સુગંધથી મનને આનંદ લાગે છે. આપના આશુર્તમાં તેજો તેમજાળા પદાર્થમાં સુગંધી દ્રવ્ય

મેળવી કરનામાં આવતાં તેથી તેની સુગંધી ચીકણચવાળાં તેઓને લીધે વધારે વખત રહેતી પરંતુ તેવાં તેઓથી માથા ઉપરનાં વજ્ર કે ટોપીઓ વગેરે ચીકણાય તેથી આવી જાતનાં તેઓ વાપરવાની જે ફેશન હાલમાં ચાલુ છે તેને અતુસરીને આ કંપનીએ પોતાનું ઉત્તમ જાતનું રાખીનીયા ઓઇલ બનાવ્યું છે. પરદેશથી આવતાં તેઓમાં આપણે બધા પૈસા ખર્ચીએ તેના કરતાં આપણા દેશમાં જ આવાં તેજ તેયાર થાય એ આનંદની વાત છે.

**ઓરો મોહીની—**આ ઉત્તમમાં ઉત્તમ જાતનું સુગંધીવાળું અંતર છે. તેની સુગંધ મગજને આનંદ આપનારી છે. શીથીઓ પણ જમાનાને અતુસરતી બનાવી છે. કર્તાએ આને “King of all the Perfumes” સર્વ સુગંધીનો રાજા એવું નામ આપ્યું છે, તે તેની સુગંધીના શુષ્ક ઉપરથી ચોખ્ખ છે.

(મ.)

( સેખક અમૃતલાલ નગીનદાસ હાડવૈય. શ્રી સુધદલાલ વ્યાયામશાળા મુરત. )

( અતુસધાન ૫૪ કર થી ચાલુ. )

**અન્નહીનો દર્દેદ્રાતુઃ શોણીતં ચામ્બુહીનતઃ ।**

**કામહીનો દર્દેચ્છુઃ અનિદ્રા રોગકારિણી ॥**

અર્થાત અન્ન વિહીન પુરુષની ધાતુ ક્ષીણ થાય છે, જળ વિહીન જનનું રૂધિર ક્ષીણ થાય છે વ્યાયામ વિહીન જનનું ઓજસ નાશ પામે છે તે સાથે ચક્ષુનું તેજ પણ ધરી જાય છે, અને નિદ્રા વિહીન જન નાના પ્રકારના રોગથી પીડાય છે. વર્તમાન કાળના વિદ્યાર્થી વર્ગમાં ફેલાયેલો ટુંકી દ્રષ્ટિનો રોગ એ ચોખ્ખ પ્રમાણમાં શરીરની અને મનની કસરત ન કરતાં ફક્ત મનની કસરત કરવાનું જ પરિણામ છે.

શ્રી કૃષ્ણ પ્રબુએ બગવત ગીતામાં શ્રી યુધે પણ કહ્યું છે કે:—

**યુક્તાહાર વિહારસ્ય યુક્તચેષ્ટસ્ય કર્મસુ ।**

**યુક્ત સ્વપનાવચોધસ્ય યોગો ભવતિ દુઃસ્વહા ॥**

અર્થ—હું અર્જુન યુક્ત આહાર વિહારવાન, કર્મમાં યુક્ત ચેષ્ટાવાળો અર્થાત મન ઉપરાંત, વ્યાયામ કરવા જાય તો શરીરની ક્ષતિ થાય, નદિ કરે તો પણ શરીર બગડે માટે પ્રયત્ને પ્રયત્ને યુક્ત ચેષ્ટાવાળો, નદિ અતિ નિદ્રા લેનાર, નદિ અતિ જાગ્રત રહેનાર, એમ યુક્ત અર્થાત નિયમિતપણે વર્તનાર અંબ્યાસી પુરુષને દુઃખથી પ્રાપ્ત થનારો યોગાભ્યાસ સિદ્ધ થાય છે, અને નિયમિત રીતે વર્તનાર યોગાભ્યાસીન જીવિઆયુઃ લોગવનાર થાય છે.

આ રીતે વિવિધ વિકાસો નિર્વિવાદ કથ્યુમ કરે છે કે વ્યાયામ વ્યાધીના વિરોધન તેમજ વ્યાધીના નિવારણમાં એક સરખી ઉપયોગી ગ્રીમ છે. માટે સર્વ હાકરો વંદો તથા હાકીમો વ્યાયામ વૈવશીય પદ્ધતિએ સાળાઓમાં ગણ્ય કરવવા તથા બિવશી પ્રવ્રના સામ માટે ધરોધરમાં દાખલ કરવવા પ્રયત્ન કરી જનસમાજ ઉપર ઉપદાર કરશે. છેવટે આગ વિચારોને આપના સુપ્રસિદ્ધ પત્રમાં સ્થાન આપ્યું તે માટે અખતો અંતઃકચ્છપૂર્વક આભાર માની વીરમું છું.

## શ્રી જગદંબાના અદ્ભુત ચમત્કાર.

### પ્રસ્તાવના.

સાંપ્રતકાળમાં કેટલાંક માસિક પત્રો અને વર્તમાનપત્રો નીકળે છે. ઘણાંપત્રો માસિકોના કેટલીક નોંધેલો કે વાર્તાઓ આપે છે. અને વૈષ્ણવ માસિકોમાં અતુલની દવાઓના ઉતારા લખાવ કરવામાં આવે છે. અનારા ધન્વંતરિ માસિકમાં દાઓ સંબંધી અને કુદરતી રોગો-પ્રચાર સંબંધીના લેખો લખાય છે. છતાં આ લેખ કેમ લખવામાં આવ્યો છે તેની વાંચક વર્ગને શંકા થશે. પરંતુ મને જે અનુભવ થયા છે અને જેની કૃપાથી અનેક વિધોમાં મને સાહાય થયું છે, અથવા જેના આરાધનથી અનેક રોગીઓનાં રોગ અને દુઃખો નિવારણ થયાં છે તેવા માણસના ઘણા પત્રો મારા તરફ આવ્યા છે અને તેમાંના કંઈકેક ધન્વંતરિમાં છાપ્યા છે. એવી પરમકૃપાળુ માતાથી બહુચરાણ સંબંધીના એક લેખ ધન્વંતરિમાં લખાવ કરવા મારી લાંબાકાળથી ઇચ્છા હતી.

અમારી સમગ્ર પેઢીના પૂર્વજ સદગત જાગ વ્રવાડી કે જેઓ ઘણા વર્ષો-પર શ્રી બહુચરાણ માતાના આદિસ્થાનમાં દર્શનાર્થે ગએલા ત્યા માતાજીના પરમમક્ત શ્રીયુત વક્ત્રમ બદ સાથે તેમનો સમાગમ થયેલો અને જેઓ તેમનાં મોપદેશથી દક્ષિણમાં શાકત દીક્ષાર્થી થયા હતા. તેને લીધે અમાગ કુળમાં શ્રીમાતાજીની ભક્તિના સરેશરો ઉતરેલા છે. શ્રીમાતાજીની ગ્રેસબુધી અને કૃપાથી શ્રીવલ્લભ ભટ્ટના વંશના સમગ્ર પુરુષ માતાજીના પરમમક્ત આબાલાલ બદ સાથે મારો અણચિંતવ્યો સમાગમ થયો અને શ્રીમાતાજીને અમ-દાવાદ લહેરમાં એક ભવ્ય દેવાલયમાં પધરાવવાનો નિશ્ચય થયો છે.

સન્નન બંધુઓ, ખેરાબુનાળાં શ્રીબહુચરાણ માતાની ઉત્પત્તિ સંબંધી તથા તેની ખેરા-બુમાં થયેલી પ્રતિષ્ઠા સંબંધી અને તેનું કેવા સન્નિયોગા અમલાવાદમાં પધાર્યું થયું છે એ બંધી વાત અને તેના અદ્ભુત ચમત્કારો વાંચક વર્ગને હેરત પામીશ્યા સિવાય રહે તેમ નથી. આ લેખ મેં દુઃકાણુમાં લખવા ધારેલો પરંતુ લખતાં લખતાં મને એટલો અધો આનંદ થવા લાગ્યો કે હું મહારી કલમ અટકાવી રાક્યો નહિ. કેટલાક સન્નતોને એવી શંકા થશે કે ધન્વંતરિ માસિક સાથે કે વૈષ્ણવ જાળત સાથે આને શો સંબંધ છે? પરંતુ હું ખાત્રીથી અને અનુભવથી કહું છું કે તેની સાથે નિકટનો સંબંધ છે. અને મેં તેના આનં-દના ગરબાની સદાયથી ભયંકર વ્યાધિઓ મટાડ્યા છે. એટલુંજ નહી પણ ખીન્ન કેટલાક પ્રમાણિક સદ્ગુહરોને પણ તેનો અનુભવ થયો છે. ગ. રા. વીસનેણ રાવવણ બુજના મોઝાર સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટ સાહેબ તથા રા. ગ. વાલજભાઈ માવજભાઈ સરદારાગ સુપ્રિન્ટેન્ડન્ટ સાહેબ વગેરે અનેક ગુહરોના આવેલા પત્રો અને તેના ચમત્કારના પત્રો પૂર્વે છાપ્યા છે તથા દેવી અદ્ભુત ચમત્કારના પુસ્તકમાં પણ છાપેલા છે. માતાજીના મહાન ભક્તો પણ નીચે પ્રમાણે કહે છે—

“કળી કલ્પતર ઝંક જે બલો તેને મા,  
ગાત લડાવે લાડ પાડ વિના કેને મા.”

મહુરામ મહારાજ કહે છે કે—

“કળીયુગમાં મા કલ્પતલ છે, આથી નિરાશી ન થાયે કે;  
વહરામ જન કરે કાલા પાલી, બાળા માને રીઝાયે કે.  
વાગ્ય નરમ જનની નિપુણ, નિપુણ ગુન્ય માને કે.”



માવદાસ લાક્ષ્મી કહે છે કે:—

નરે ખંડમાં તારૂ ખીદે રે, માનુનીના તે કીધા છે મર્દ રે;  
હુખીયાનાં ટાળ્યાં તે દર્દે રે, સલખન પુરે સાચી મા બહુચરા.

મિત્રો, શ્રી બહુચરાજી માતા કલ્પવૃક્ષ સમાન છે. કલ્પવૃક્ષ નીચે જેનાર જે વસ્તુની ઇચ્છા કરે તે વસ્તુને પ્રાપ્ત થયા વગર રહેતીજ નથી.

એ સંબંધે એક ઉદાહરણ વાંચકવર્ગ આગળ રજૂ કરું છું. એક સુસાદર ઉન્નાજાના સખત તાપમાં સુસાદરી કરતો હતો. તે એક મેઘનમા ચાલતો હતો જ્યાં કોઈ વૃક્ષ નહોતું, તાપથી કંટાળ્યો હતો અને શીતળ છાયા નીચે બેસવાની તેને પ્રયત્ન ઈચ્છા થઈ હતી. તેવામાં એક વૃક્ષ તેના બેવામાં આવ્યું તે વૃક્ષ નીચે તે બેઠો. એ વૃક્ષ “કલ્પવૃક્ષ” હતું તેની પેલા સુસાદરને ખબર નહોતી. તે વૃક્ષની ઢાયામાં બેસવાથી તેની ઇચ્છા થઈ કે આ સ્થળે શીતળ મંદ પવન આવે તો સારૂ એટલે તેણે પવન વડેવા લાગ્યો. ત્યાર પછી તેની એવી ઈચ્છા થઈ કે હા હીમ જેવા પાણીની કોરી માટલી આ સ્થળે હોય તો જળપાન કરવાની કેરી મઝા પડે. તે પ્રમાણે તેવું પાણી પીના માટે કોરી માટીની માટલી પણ તરત આવી પહોં તેને સારા પીજાના સાથેના છવપલંગની ઈચ્છા થઈ. તેણે પલંગ પણ પ્રાપ્ત થયો. પલંગમાં સુતા પછી વસ્ત્રાભૂષણ સાથેની જાતીસલક્ષણી સ્વપ્નમાં નનગિના (સ્ત્રી) આ સ્થળે પ્રાપ્ત થાય તો કેવો આનંદ થાય એમ નિશ્ચયતા તે પ્રમાણે તેની સ્ત્રી પણ એ સ્થળે પ્રાપ્ત થઈ તેની પાસે હાસ્યવિનોદ કરવા લાગી. એવામાં પેણે પુરૂષ વિચાર કરે છે કે આવા વગડામાં જે ચોર આવે તો માર મારી છુટી લઈ જાય. આવા વિચાર કરે છે ત્યાં તો એકદમ ચોરો આવ્યા ને દડાદડ ગડગડ સુઝી ને લપડકો મારના લાગ્યા ને છુટી ગયા. પેણે પુરૂષના મનમાં વિચાર થયો કે આ બધું નામ પામે ને આપણે હતા તેવા એકલાજ રહીએ તો માફ તે વિચાર પ્રમાણે તુલ્ય થઈ ગયું.

જવુઓ, શ્રી બહુચરાજી માતા કલ્પવૃક્ષ સમાન છે એમ માતાજીના પરમમહત્તે વૃક્ષ-ભક્ત અને યદુગમ મહારાજ કહી ગયા છે તેમ અપ જે આશા ગમગો તે કલ્પવૃક્ષ સમાન પ્રાપ્ત થશે. પરંતુ આપ જે પેલા સુસાદરની પેઠે કરશો તો પછી તમારી ઇચ્છા પ્રમાણે હુખ પણ પ્રાપ્ત થશે.

માતાજીનું ભવ્ય દેહાલય અને તેની આશુમાલુની ધર્મશાળાઓ અને તેમાં ચોરસ વગેરેની ઉત્તમ શોભા કરવામાં માતાજીનું કાર્ય કરવામાં વ્યવસ્થાપક મહાજના નીચે લખેલા શુદ્ધસ્થોત્રે તનમન અને ધનથી સેવા જનની છે.

૧ ગ. મ. શ્રીયુત ભારતભૂષણ શેઠજી ગીરનામપ્રભાદ ઓતુભાઈ બેરોનેટ.

૨ રા. મ. નેક હોટાલાલ પુરોહિતમદાસ કાશીયા રેખવાલા.

૩ રા. રા. ગમનંદ્ર નરસીભાઈ એન્જનીયર.

૪ પા. ગણીલાલ કુબેન્દાસ દાલવાળા.

૫ શા. ગોરધનદાસ સુનીવાવ શક્તવાળા.

૬ પા. મોહનલાલ રંગનાથદાસ.

એ રીતે શુદ્ધસ્થોત્રે માતાજીની પવિત્ર સેવા જનની કે તેને માટે તેમનો આભાર માનવામાં આવે છે.

મિત્રિ વૈદ્યાળ સુ. ૧, સંવત ૧૯૭૮.

પ્ર. ગુપ્તવાદ.

ગોગીલાલ ત્રિકમલાલ,

નવીન નીસનન.

## શ્રી જગદંબાના અદ્ભુત અમલકાર.

વેદો જેને નેતિ નેતિ કહે છે, બ્રહ્મા, વિશ્વ, અને મહાદેવ સરખા દેવતાઓથી પણ જેના શુણ્ણાતુવાતુ' વર્ણન થઇ શકતું નથી, એવા નિર્ગુણ નિરાકાર બ્રહ્માથી આખા વિશ્વની ઉત્પત્તિ થઇ છે. અને આખરે તેમાંજ તેનો લય થવાનો છે.

નિરાકાર બ્રહ્માથી સાકાર વિશ્વની શી રીતે ઉત્પત્તિ થાય એ સમયે અનેક વાદ વિવાદનાં કિપનિષ્કો, શાસ્ત્રો અને ગ્રંથો લખાયા છે. દ્વિતવાદી અને અદ્વિતવાદીએ પોતાના મતો સ્થાપન કરના પોતાથી બનતા પ્રયત્નો આજ સુધી કરેલા છે અને હજુ પણ કરે છે.

શ્રીમત્ પરમહંસ પરિવ્રાજકશ્રી શ્રીમત્ શંકરાચાર્ય મહારાજે વેદાંતના ગ્રંથો વિશેથી અદ્વૈત મતનું પ્રતિષ્ઠાન કરેલું છે. અને તેમના મત પ્રમાણે આ દ્રવ્યમાન આખું જગત એ એક બ્રહ્માન છે, માયાની ઇદમળ છે. સ્વામી વિવેકાનંદ કહે છે કે “તમે માટીની ઠીંગળાં ખાઓ કે સુવર્ણના મનોહર પાત્રના ખાઓ, મોટા રાજાધિરાજ બનીને ભવ્ય રાજપ્રાસાદમાં રહો કે દરિદ્ર બિખારીની માફક પૃથ્વીનું પાથરણ અને આકાશનું આચ્છાદન કરીને સુઓ પણ પરિણામ તો એકજ આવશે. જગત એ સ્વપ્ન જ છે, પછી એ સ્વપ્ન કોઇને ઉત્તમ પ્રકારનું આબરું હોય કે ભયાનક આબરું હોય; પણ જાગી ઉઠ્યા પછી તો પાછું સો સરખું જ છે. બધાની-રાબની અને રંકની, સત્તાધારીની અને નિર્ગળની ગતિ એક સરખીજ છે. આત્મ નામ જ ગાથા છે. આ સિદ્ધાંત ભરતખંડનો એક પ્રાચિન સિદ્ધાંત છે.

“એમ મહામાયાએ આ દ્રવ્યમાન જગતમાં અનેક રૂપો ધારણ કરેલાં છે અને આ વિશ્વ તેને અનેક રૂપે પૂરે છે. “एको देवः सर्वं भूतेषु गुढः सर्वव्यापि सर्व भूतान्तराम्ना”

, ૨ સર્વ ભૂત (પ્રાણીમાત્ર) માં એકજ દેવુ ગુહ રૂપે વ્યાપિ રહ્યો છે, અને પ્રાણીમાત્રમાં અંતરાત્મારૂપે રહેલો છે. શ્રીમત્ શંકરાચાર્ય નિર્વાણુ દશકમાં કહે છે કે

नचैकं तदन्य द्वितीयंकुतःस्वान्नचा कैवलत्वं न चा कैवलत्वात् ॥ न  
शून्यं न चा शून्यमनैत कत्वात्कथं सर्व वेदांत सिद्धंस्वीमि.

હરિગીત.

જ્યાં એક નથી જ્યાં બે નથી, જ્યાં ત્રણ તણા અંકો નથી,  
આકાશ પાસે વિકાશ નાશ, તણાં કશાં અંગો નથી;  
જ્યાં શૂન્ય નથી જ્યાં ધૂન્ય નથી, જ્યાં જ્ઞાન નહિ નિષ્પાપ છું,  
હું એક અદામ વાસ કેવળ, આત્મ સત્પરમાત્મ છું.

આ દુસ્તર જવંસાગર એ મહામાયાની કૃપાવડે જ તરી શકાય છે. એ મહામાયા કે જે બ્રહ્માથી અભિન્ન છતાં જળમાં જેમ વરંચ દેખાય છે છતાં તે જળથી ભિન્ન નથી, તેમ એ મહામાયા વિશ્વરૂપે દેખાય છે છતાં આ દ્રવ્યમાન વિશ્વ તેનાથી ભિન્ન નથી. જેમ વરંચે જળમાં સમાઇ જાય છે તેમ આ વિશ્વ માયામાં અને માયા બ્રહ્મામાં સમાઈ જાય છે. એટલે આ વિશ્વ, માયા, અને બ્રહ્મા, એ સર્વ અગ્નિજ છે.

આ સંસારમાં અનેક મનુષ્યો યુષ્ઠી અને દુઃખી થતા જોવામાં આવે છે. મુલાંત.

સ્થાનાં મરણો અને અનેક જાતના બ્યાધિઓ પ્રજાવર્ગમાં જોવામાં આવે છે. ડોક્ટરો, વૈદ્યો, હકીમો અને ઉપચારકોની સંખ્યા કમી નથી. ચાલુ સાલમાં પેલે ભયંકર તાસ વર્તીયો છે. ડોક્ટર, વૈદ્ય કે હકીમ અને ઉપચારકોનાં અભિમાન ગળી ગયાં છે, લાખો માણસો આ ખીમારીથી ગુસ્સે થયાં છે. છતાં કોઈનું કંઈ ચાલ્યું નથી. હજુ પેલેગની ખીમારી ગામે ગામ ને ઘામેકામ છે. અમદાવાદ શહેરમાં અનેક વિદ્વાન ડોક્ટરો વૈદ્યો અને હકીમો છતાં તે શહેરમાં દરોજ સંખ્યાબંધ મનુષ્યોનાં મરણો નીપજ્યાં હતાં. જ્યાં સંહારક સક્રિયો પોતાનું કામ ચલાવી રહી હોય ત્યાં મનુષ્યજાત શું કરી શકે. સુખ દુઃખનાં કર્તા હતાં આપણે પોતે જ છીએ. છતાં તેનો દોષ પરમેશ્વર ઉપર મુકીએ છીએ. આધ્યાત્મિક, આધિભૌતિક, અને આધિતૈત્ત્વિક એ ત્રણે જાતનાં દુખોનું નિવારણ કરવાનો ઉત્તમ માર્ગ ભક્તિજ છે. ભક્તિવડે મન શુદ્ધ થઈ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે અને જ્ઞાનવડે મોક્ષ થાય છે.

આ દુસ્તર સંસાર તરવા માટે એ મહામાયાની ભક્તિની જરૂર છે. તેની કૃપાથી આ વિશ્વની રચના ઇન્દ્રજાલ રૂપ છે અને જગત મિથ્યા ને અશ્વ સત્ય છે એ સમજવાને વાર લાગતી નથી અને ત્રણે પ્રકારનાં દુઃખથી મુક્ત થવાય છે.

બાલ્યાવસ્થામાં વિદ્યાભ્યાસ માટે નડીયાદમાં મારાં દોઢ સદગવ્ મંગલસ્વરૂપ કાશીજીને ત્યાં હું રહેતો હતો. અમારા ઘરમાં માતાજીનો ગોખ અને નાલીએડીની પૂજા તેઓ કરતાં હતાં. તેમની માતા પ્રત્યે દ્રઢ ભક્તિ હતી. પૂજન અર્ચન અને ધુપ દિપ ઇત્યાદિ કરી તેઓ માતાની સ્તુતિ કરતા હતાં. તેમની દ્રઢ ભક્તિથી તેમને માતાજીના અનેક પરચા દેખાતા હતા અને તેઓ મને બાલ્યાવસ્થામાં સમજાવી વાતો કહેતાં હતા. મારાં માતાજીની પણ માતાજી પ્રત્યે દ્રઢ ભક્તિ હતી અને તેમને પણ સ્વપ્રદારાએ કેટલીક વખતે પરચા જણાતા હતા. આથી બાલ્યાવસ્થામાંથી જ માતાજીની ભક્તિ તરફ મારું ધ્યાન ખેંચાયું હતું. હું દમ અગીયાર વર્ષની ઉંમરનો હોય ત્યારે તે વખતે એક દિવસ મધ્યાનની વખતે ઘરમાં એકાન્તમાં માતાજીના ગોખ સામે એકાદ્ર દષ્ટિ રાખી સ્તુતિ કરતો હતો તે વખતે માતાના ગોખ ઉપર આંખો અંજાઈ જાય તેવા તેમનો પ્રકાર થઈ ગયો ને તે મેં મા નજરે જાયો હતો. આ વાત હજી પણ મને યાદ છે અને જાણે હમણાં જ બની હોય તેમ સ્મરણ થતાં લાગે છે. આ પછી મારો ભક્તિભાવ માતાજી તરફ વધવાનું થયો. અને તેના પ્રસાદથી મને અનેક અનુભવો થયા જેને માટે મેં “શ્રીબાલા સ્તવન ને દેવી અદ્ભૂત ચમત્કાર” નું પુસ્તક લખેલું છે. તેની કિંમત રૂ. ૧-૦-૦ છે અને તે નાણાં માતાજીના પૂજન અર્ચન વગેરેના કામમાં વપરાય છે.

મારી પાંસઠ વર્ષની ઉંમરમાં મને શ્રી જદુચરાજી માતાના જે જે ચમત્કારો અને પરચાઓ જણાયા છે તે જે હું લેખીતરૂપમાં પાંચકવર્ષ આગળ ન મુકું તો તેનું પરિણામ એ આવશે કે તે મારા અનુભવો આ હનિયાની મારી આ દેહની મુસાફરી પુરી થતાં નહિ થઈ જશે. આ લેખમાં મેં જે જે બનાવો લખેલા છે તે તે બનાવો સત્ય છે, પરંતુ તે સાચા માનવા કે નહિ તેનો વિચાર વાંચકને કરવાનો છે. પરંતુ મારી નમ્ર વિનંતી છે કે દરેક વાતના સત્યાસત્યનો નિર્ણય તે વાતમાં તત્ત્વય યથા મિત્રાય કરવાએ મોઝામાં મોડું સાદસ છે.

સંવત ૧૯૪૯ ના આશ્વિ વદી ૮ ના દિવસે મારે ત્યાં એક પૂત્રોનો જન્મ થયો હતો. મી જદુચરાજી ઉપર મારો પૂર્ણ ભાવ હોવાથી મેં જે હાકરી નામ નિજ્યા પાડું.

સંવત ૧૮૫૦ ના દીવસોના દિવસોમાં હું અમદાવાદ મારા સદ્ગત સાળા નારણલાલ જોશી તરફ જોઈ સેવકાની વાડીમાં રહેતા હતા તેમની સાથે હું અમદાવાદના ગિરધર ભટ્ટના ત્યાં પાનસોપારી માટે ગયો હતો. તે ઘણો દુધીયાર દારીગર હતો તેણે શ્રાવકના દેવોની અને ખીબ દેવોની મૂર્તિઓ ભરેલી અને ખતાવી હતી જે મૂર્તિઓ ઘણી સુરેખ અને સુંદર હતી. અને તે વખતે એણે વિચાર મુઝી આવ્યો કે ગીરધર ભટ્ટના પાસે શ્રી જલુચરાજીની એક સુંદર મૂર્તિ કુકડાના વાહન સાથે શ્રી જલુચરાજીના ગોખ આગળ મૂકાય છે તેવી કરાવું અને મારી દીકરી વિજયાના કન્યાગાન વખતે માતાજી ખાતે એક રકમ આપી તેમણે માતાજીની મૂર્તિની કોઈ દેવાલયમાં સ્થાપના કરાવું. આ વિચાર મેં ગિરધરલાલને કહ્યો ને તેણે સુંદર ઘાટદાર મૂર્તિ તૈયાર કરી આપવા કહ્યું ને તેની મૂર્તિ રૂ. ૪૫) ની કીમત સુધીની તૈયાર કરવા મેં જોઈર આપ્યો હતો. પરંતુ તે વાત સદર ગીરધરલાલ ભૂલી ગયા અને મને પણ કેટલાક દિવસ પછી એ વાત વિરમરજુ યદ્ય અને ઇશ્વરેચ્છાથી એ વિજયા પણ સંવત ૧૮૫૧ ના ચૈત્ર સુદ ૧૫ મંગળવારના રોજ પોતાની સંસારયાત્રા પૂર્ણ કરી આવી ગઈ (મરણ પામી). તેના મરણ પછી લગભગ સાત આઠ મહીને સદર ગિરધરલાલને આપેલા જોઈરનું કુમરણ થયું અને મને લખી પુછ્યા સિવાય તેણે શ્રી જલુચરાજીની અલૌકિક મૂર્તિ કુકડા વાહન સાથેની તૈયાર કરીને મારા સાળા નારણલાલ દોહતરાયને ખતાવી. અને નારણલાલે એ મૂર્તિ આરી લઈ જવા મને પત્ર લખ્યો. મેં જવાબમાં લખ્યું કે જે કારણસર મેં એ મૂર્તિ તૈયાર કરવાને જોઈર આપેલો તે કારણનો નાશ થયો છે. છોડી મરણ પામી છે ને લગભગ દોઢ મોણા જે વર્ષ મૂર્તિ મને પુછ્યા વગર તૈયાર કરી છે તે મારા ઉપયોગની નથી. આ પછી તેમના મ્હારા વચ્ચે લખાપડી આવી. પરંતુ નારણલાલનો ગિરધર ભટ્ટનો સ્નેહી હતો ને હું ખતેલી હતો તેથી તેમણે મને મૂર્તિ લેવા આગ્રહ કર્યો. ઉલ્ટે મેં તેમને લખ્યું કે હું નડીયાદ જવાનો છું તે વખતે આપ અને ગિરધરલાલ એમને મળાને ને મૂર્તિ પણ રોશન પર લેતા આવશે. લખેલી તારીખે હું અમદાવાદ રોશને થઈ નડીયાદ મેલમાં જતો હતો તે વખતે સદર નારણલાલ અને ગિરધરલાલ મને રોશનપર મળ્યા. તેમણે મૂર્તિની ખરે કિમ્મત ખતાવી, મેં લેવા ના પાડી કે હું લઈને શું કરું. ગિરધરલાલે પણ કહ્યું કે મ્હારે માથે રૂપિયા પડે છે ને એટલી ખરે કિમ્મત આપી દેણ લેશે. પછી નારણલાલે પચાત કરી કંઈક રકમ છુટ મુકાવી અને મેં તેને કિમ્મતના રૂપિયા આપ્યા. આ મૂર્તિથી બધીબધી શા અમતકાર થવાના છે અને મૂર્તિની ક્યાં સ્થાપના થશે વગેરે વાનોથી હું અવાન હોવાથી મેં તેની તોંધ નિવતોંધિપોથીમાં લીધી નહોતી. એ મૂર્તિને કંપેડે વીંટીને મેં આસોદરમાં મારી મજલમાં મુકી રાખી. અને કોઈ વખતે સ્વપ્ન આવતો કે “હું મ્હારી કોઈ સ્થળે સ્થાપના કર” પરંતુ તેવી સ્થાપના કરવા અર્થે મારો પ્રમત્ત જ્યાં ત્યાં નિષ્ફળ જતો હતો. આસોદરના શેઠ રણછોડ વજલાલની વિધવાએ ગામ વચ્ચે અંજાજીનું દેવાલય બંધાવ્યું ને તેમાં અંજાજીની સ્થાપના કરવાની હતી તે જો અંજાજી સાથે શ્રી જલુચરાજીની મૂર્તિની સ્થાપના કરવા હેતુવાનું અને વાર્ષિક વર્ષોમન આપવા કહ્યું. પ્રથમ તેમણે તે વત કમુચ કરી પરંતુ કમરની ગતિ મદન હોવાથી અને બાલિમાં અરેક પરચા અને અમતકાર તેને ખતાવવાના હશે તેથી કેટલાક મળ્યું-તેને સલાહ આપી કે દેવાલય વગેરેનું હું ખર્ચ કરે અને મૂર્તિ તેમની સામાજે એવાર છે? વગેરે કહ્યાથી તેમણે ના પાડી. અને દોષગીરી થઈ પરંતુ કમલ નહોતો. પછી મેં એ મૂર્તિની કોઈ દેવાલયમાં સ્થાપના કરાવવા તેને માટે ઘણા

પ્રમત્તા કર્યા પરંતુ તે બધા ભ્યર્થે ગયા, અને એ મૂર્તિને ક્યાં સુધી મળુસમાં તાળામાં પૂરી રાખવી એ વિચાર આવવા લાગ્યા. છેવટે હું એવા નિશ્ચય ઉપર આગ્યો કે એ મૂર્તિને ખેરાળુ લઈ આવી શ્રીમાળીની વાડીની એક ધર્મશાળામાં એક નાનુંસરખું માતાનું દેવળ છે અને જેમાં માતાની આંગી રહે છે તે જગ્યાએ મૂર્તિને પધગવવી; કે તે સ્થળે પુ. જરી આંગીની પૂજા કરતી વખત મૂર્તિની પૂજા કરશે ને દીવો પણ ધશે. તે વાત શ્રીમાળીઓને કહીશું ને તે માનશે. આ પ્રમાણે વિચાર કરી હું એ મૂર્તિને આસોદરથી સંવત ૧૯૫૩ ના શ્રાવણ વદી ૮ તા. ૨૦ ઓગસ્ટ સન ૧૯૯૭ ના રોજ લઈ આવ્યો અને તેજ દિવસે મેં તે મૂર્તિને મહારા ઘેરથી લઈ જઈ દેવાલયમાં શ્રી બહુચરાજીના ગોખમાં પધરાવી. માતાજીની પ્રતિષ્ઠામાં પચીસ ત્રીસ રૂપિયા ખર્ચ કરવાનો મહારા વિચાર હતો અને ટીપ કરતાં જે રકમ ખુટે તે આપવાનો ધરાદો હતો. તેથી મેં એક ટીપનો કાગળ તૈયાર કર્યો ને મહાર પોતાનું નામ લખી રૂ. ૫) ની રકમ ભરી બાદરવા સુદી ૫ વાર રવિ સંવત ૧૯૫૩ તા. ૫ સપ્ટેમ્બર સન ૧૯૯૭ ના રોજ હું તથા ખેરાળુ વહીવટદાર સાહેબ સદગત ભોજાનાથ નથુરામ બળદરામાં બેઠા હતા તેમને મેં મારા વિચાર જણાવ્યા. આમારી વાંતચીત સાંભળી હતી તે દરમ્યાન શેઠ ત્રીભોવન ગમાન આવી પહોંચ્યા તેમના હાથમાં ટીપનો કાગળ મુક્યો તેમણે રૂ. ૧૦) ની રકમ લખવા કહ્યું વહીવટદારને મેં વધારે લખવા આશ્રય કર્યો તેમણે કહ્યું કે ભોગીલાસે માત્ર રૂ. ૫) લખ્યા છે અને તેથી મેં બમણા લખ્યા છે એટલે ભારે રકમ લખાય નહિ. મેં કહ્યું તમારી ઇચ્છામાં આવે તે રકમ મારા નામ સામે લખો તેથી તેમણે મહારા નામ સામેની રકમના આંકડામાં ફેરફાર કર્યો ને પોતે લખેલી રકમનો આંકડો ફેરવી વધારે રકમ લખી. અને તેજ દિવસે, બીજા ચાર ગૃહસ્થોએ રૂપિયાના આંકડા લખ્યા તેમાં ભારે રકમ ભરાયાથી મારી ખાત્રી થઈ કે દેવીની ઇચ્છા કંઈ જુદા જ પ્રકારની છે. તે દિવસની તોષમાં માત્ર નીચે પ્રમાણે ઉલ્લેખ છે. શ્રી બહુચરાજીની પ્રતિષ્ઠાના ખર્ચ માટે નિમ્ણ બેમાં કરવાના ઉદ્દેશમાં આજનો દિવસ કાઢ્યો. મુ. ખેરાળુ. મારી ઇચ્છા એક પુત્રીને કન્યાદાન આપવાની હતી. મિતિ બાદરવા સુદ ૧૩ શુક્રવાર સંવત ૧૯૫૩ તા. ૯ મી સપ્ટેમ્બર સન ૧૯૯૭ ની નિત્યનોંધપોથીમાં નીચે પ્રમાણે મેં નોંધ કરેલી છે. “ આજરોજ પ્રાતઃકાળમાં ઉઠ્યો. ગઈ રાતે એક સ્વપ્ન આવ્યું હતું તેમાં ઘરમાં પુત્રીનો જન્મ થયો. જોયો હતો અને તેને રમાડી હતી. સિવાય લખી રાખવા યોગ્ય દર્શકત નથી. મુકામ વડનગરથી નીકળી ખેરાળુ. માતાજીની પ્રતિષ્ઠા કરવાને દિવસ સંવત ૧૯૫૩ ના આસો સુદ ૧૩ શુક્રવારનો મુદ્દર કર્યો હતો. શ્રી બાલારતવન અને દેવી અદ્ભુત ચમત્કારના પુરુષના ઉપોદ્ધાતમાં મેં એ સંબંધી લખેલું છે તેમાંથી જરૂર પૂરતો ઉતારો અને દાખલ કર્યો છે.

ખેરાળુ કર્યામાં શ્રીમાળી બ્રાહ્મણની વાડીમાં શ્રી બ્રાહ્મ ત્રિપુરા બહુચરાજી માતાનું પૂરાતન દેવાલય અને તેની સાથે એક શ્રી શંકરનું એવાં બે દેવાલય હતાં. લગભગ બાર તેર વર્ષ પર આ જગ્યાએ આજુબાજુ શેરીમાંની વાડી અને પડેલી ખડકી અને ઉપર જણાવેલાં બે પૂરાતન દેવાલયો એ સિવાય કંઈજ નહોતું. માતાના દેવાલયમાં અંદરની બાજુએ એક ઓટલો અને તે ઉપરે ગોખ હતો. જેમાં બાગી દુડી એક કાચની શ્રી બહુચરાજીની આગી રહેતી હતી અને તેમાં કુતરાં વગેરે વખતે આવીને બેસતાં. આ દેવાલયોના મોઘાન નજીક લોકો કૌચ માટે બેસતા. પરંતુ બ્યારે ઘી ખાવા ત્રિપુરાની કૃપા દષ્ટિ થઈ ત્યારે આ સ્થળ ઉપર લગભગ પાંચ દળર રૂપિયાની નિશાળ પત્રાવાળી ધર્મશાળા બંધાઈ અને

ત્યારથીજ આ સ્થળની સ્થિતિ અલ્લાવા લાગી. પરમકૃપાળુ પરમેશ્વરે એ મહાશ ઉપર પૂર્ણ કૃપા કરી અને પ્રગળ પ્રેરણા દર્શાવી મ્હારે ખેરાલુથી મારી જન્મભૂમિ આસોદર જવું પડ્યું. અને ત્યાંથી માછની સાકાર મૂર્તિ જે દુઃક સુદૃઢમાં મ્હારા-ધરમાં ખીસાગેલી હતી એ માછની મૂર્તિને હું ખેરાલુ સંઘત ૧૯૫૩ ના શ્રાવણ વદી ૮ ના રોજ લઇ આવ્યો અને મ્હારા રહેવાના સુકામમાં પધરાવી. પછી માછના પૂરાતન દેવાલયમાં લઇ જઇ માછના ગોખમાં ગો પધરાવી તે વખતે આ સ્થાનમાં માછીનું એક કોડીયું સુદૃઢ નહોતું. ખીન સામાનની આશા કાંથી હોય. આ સ્થાનમાં માછની પ્રતિષ્ઠા મિતિ આસો સુ. ૧૩ શુક્રવાર સંવત ૧૯૫૩ ના રોજ મથાવિધિ વેદોક્ત મત્રો તથા યજુર્વાગાદિક ક્રિયા સાથે પવિત્ર વિહાન આલ્લો દ્વારે કરવામાં આવી. તેમજ બ્રહ્મજોજન કરાવવામાં આવ્યું. માછનાં પવિત્ર ચર્ચુ ખેરાલુમાં થયા ત્યારથીજ તેની અદ્વૈત શક્તિના પર્યા જણાવવા લાગ્યા હતા. પ્રતિષ્ઠા કરતા પહેલાંની ટીપમા અણુધારી મોટી રકમો બરાવા લાગી. પ્રતિષ્ઠાના દિવસે માછના વચ્ચેલામાં સેંકડો માણેસોના જમાવ થયે હતા અને માછની પધરામણીમાં બારે રકમ આવી હતી. જેથી તે રકમમાંથી પ્રતિષ્ઠાનું ખર્ચ જતા માછના યોગાતમાં બાંધવા માટે વિશાળ અંદાની તથા સેમ્પો, વ્રાલસીંગ, ધડીયાત, ઝાંઝો, નેનેદ માટે અને પાણી ભરવા માટે ઉગ્રી ભતના જરમન સીલવરનાં પાત્રો, આરતીઓ, મશાલ, ચમર, છડી, ઇલાદિ સામાન ખરીદવામાં આવ્યો હતો. વળી દક્ષિણવર્તે રાંખો, એકોડિયન વાણુ પશુ બકરીસ આવ્યું હતું. માછના ગોખમાં અંદાંની આંગી વીસનગરના મરહુમ શેઠ ગોકળગાધ દોલતરામે કરાવી હતી તથા શુશૌળીન જરમન સીલવરનું દેરાસર નીચેની બેંક સાથેનું વીસ નર્ગરના મરહુમ શ. બા. મજલાલમાધ પૂરપોતગરાયે કરાવી આપ્યું હતું. તેમજ એ સિંદાસનની અણુગાણુના ઓટલા ઉપરનું જરમનનું નકશી કામ મરહુમ મારા સાગા જ. રા. નારણલાલ દોલતરાયે કરાવી આપ્યું હતું. વળી દેવાલયને જરમન સિલવરનાં નકશી કામ સાથેનાં બારે કિમ્મતનાં કપાટો પશુ કરાવવામાં આવ્યાં હતાં. અને માછના મિંદાસન નીચે પમધીવાંવાળુ જરમન સીલવરનું મિંદાસન પણ કરાવવામાં આવ્યું હતું. માછના દેવાળના અંદરનાં ગભારામાં રંગ ગેરંગી આરસની લાદી તથા દેવજ બદર ચોક તથા તે ઉપર મુગોળીત મંડપ પણ દુઃક વખતમાં કરાવવામાં આવ્યો હતો. તેમજ શ્રી-સંકરના દેવાલય આગળ પણ હોળેલ વિશાળ ચોક બનાવ્યો હતો. માછના આગલા મંડપના મધ્ય બાજે પથરના નક્સીદાર ચાંમલા ઉપર શ્રીસંકરની પાર્વતી સહવર્તમાન પંચાયતન મૂર્તિ ગોઠવવામાં આવી છે. એ મૂર્તિનાં જટાના બાગમાં કુવારો રાખવામાં આવ્યો છે તેમ જ સાથે સંકરના દેવાલયમાં સંકરના ચાણુ ઉપર પણ કુવારો ગોઠવવામાં આવ્યો છે. તે જાનને કુવારામાંથી શિવરાત્રિના પ્રારબધી ને અચાડ સુદ ૧૧ સુધી થીસંકર ઉપર સતત જળધારા ચાલ્યા કરે છે તેથી રમણિય શેખા ઘૂઠ રહે છે. માતાજીના-તથા સંકરના દેવાલયમાં મોટા સુશોભિત રતિવમાં વગેરેના નક્સીદાર દેવમૂર્તિઓના તક્તા બંધર્યા પૂર્વક ગોઠવવામાં આવ્યા છે તેમજ સંકરના પાણીની જળાધારી જર્મનની બનાવેલી છે. મહાદેવના દેવાલયના ગભારાને-લોહની મજબુત જાળો કરાવવામાં આવી છે. તથા માતાજીના મંડપની આણુગાણુ પણ લોહની જાળો બરી દેવામાં આવી છે જેથી માતાજીનાં અને મહાદેવનાં અંદરના ગ. બરના કમાક ધુલતાં મુક્યા છતાં બેદોષસ્તુ સ્વી શકે તેમજ ફરીત પણ થાય. માતાજીના મંડપમાંના ચોક તથા મહાદેવના મંડપ આગળના બંદરના ચોકમાં લોકોને ખેસવા માટે

તટીયા સાથેની બેઠકો બનાવેલી છે. જેથી દર્શન કરનારને દર્શન કરી રહ્યા પાંચ વિશ્રાંતી લેવી ઠીક પડે. ઉન્હાળાના દિવસમાં સખત ગરમી વખતે માતાજીના મંડપમાં શ્રી શંકર ઉપર કુવારાની બાવનધારાઓ સુશોભિત હોવા ને વખતે શ્રી શંકરની મૂર્તિની રમણિય શોભા નિહાળવાને અને કુવારાને લીધે શિવજન્મદ પવન લેવાને ઠીક પડે.

શ્રી શંકર માટે સુશોભિત મુખવટો તેમજ નદિશ્વર અને પાર્વતી વગેરે માટે પણ વસ્ત્રો બનાવવામાં આવ્યા છે, આ શંકરના દેવાલયની છત્તુ ધમેલી મૂર્તિઓના છત્તોદાર કરવામાં આવ્યો છે. તેમજ શ્રી બદુચરાજીના મંદિરમાં હમેશના માટે નંદાદિય રાખવામાં આવ્યો છે. માછ આગળ રોજ ધી તેલના દિવા તથા માછના મંડપમાં રાત્રિના વખતે પ્રદાશ માટે લેખો અને ચિમનીઓ વગેરે મુકવામાં આવી છે. આરતી વખતે શ્રી શંકર અને શ્રી બદુચરાજીના આગળ મશાલ થાય છે. ઈત્યાદિ” જે કારણ માટે માતાજીની મૂર્તિ બનાવવાનો મેં જોરડર આપ્યો હતો તે કારણનો નાશ થયો હતો. તોપણ તે વાસના પૂર્ણ કરવા શ્રી બદુચરાજી માતાની કમ્બા લેવાનું આશો વડી ૮ સંવત ૧૯૫૩ તા. ૧૯ અક્ટોબર સુને ૧૯૧૭ ના રોજ આવેલા પત્રથી મને સમજાતું હતું. તે તારીખની તોંધ પોથીમાં નીચે પ્રમાણે લખેલું છે. “આબરોજની લખવા જેવી હકીકતમાં ચિ. મર્છુલાલનો તેમજ જ્યો તેમાં આશો વડી ૬ રવિવારના દિવસે રાત્રિના દસ મલાસ વાગતાં છોકરીનો કહ્યું કે ભાંપ લખ્યું હતું. છોકરા અને છોકરીઓ વધારે મરી ગયાથી તેના જન્મથી હવે શોક રકમ લખાય ગો. એ સિવાય લખવા યોગ્ય હકીકત એ છે જે—

તેમજ મ્હારા નાં ના રોજ જન્મેથી મારી પુત્રી અ. સી. દાન્તાલક્ષ્મી છે અને તેનો ફેરવી વધારે રકમ લાલક્ષ્મીના લગ્નમાં કન્યાદાન વખતે મેં મારી યથાશક્તિથી માછની તેમાં બારે રકમ બરાબર તે કન્યાદાન વખતે રૂ. ૨૦૦) ની રકમ આપી હતી. દિવસની તોંધમાં માત્ર નીચે મેં કરવાના ઉલોગમાં આનંદ ૧૯૭૩ તા. ૯ સપ્ટેમ્બર સન ૧૯૮૭ ના રોજ તે સ્વપ્ન દાન આપવાની હતી. મિતિ ૯

સન ૧૯૮૭ ની નિત્યતોંધપોથીમ્હારી ખેરાળુથી એક માલખર આવેલા શ્રી માહાકાલેશ્વર જમાં હક્યો. ગઢ ગતે એક સ્વપ્ન આંદુરુદ્ધ નિયમ. દરેકા પુત્રિની જેમજોદય પહેલાં રનાન અને તેને રમાડી હતી. સિવાય લખી રાખવા યોગ્ય હકીકત નથી. મુકામપમાં એક દિવસે ખેરાળુ માતાજીની પ્રતિષ્ઠા કરવાનો દિવસ સંવત ૧૯૫૩ ના આશો સુએ મને મુચના મુકરર કર્યો હતો. શ્રી બાલાસ્તવન અને દેવી અદ્ભૂત ચમત્કારના પુરનકના પાંસન બંધારે. એ સખથી લખેલું છે તેમાંથી જરૂર પૂરતો ઉતારો અને લખાલ કર્યો છે. 'ડી ગઢ અને

ખેરાળુ કરવામાં શ્રીમાળા બ્રાહ્મણની વાડીમાં શ્રી બ્રાહ્મ ત્રિપુરા બદુચરમે જેએસો પુરાતન દેવાલય અને તેની સાથે એક શ્રી શંકરનું એવાં જે દેવાલય હતા. લ નિમનોક તેર વર્ષ પર આ જગોએ આશુઆશુ શેરીમાંની વાડી અને પહેલી ખાદ્દી અનન વ-જણુલેલાં જે પુરાતન દેવાલયો એ સિવાય કંઈજ નહોતું. માતાના દેવાલયમાં અંદરની બાના એક આંદોસો અને તે ઉપર ગોખ હતો. જેમાં બાગી ટુટી એક કાચની શ્રી બદુચરાજી આગી રહેતી હતી અને તેમાં કુતરાં વગેરે વખતે આવીને બેસતાં. આ દેવાલયોનાં ચોથાન નજીક સોકો સાંગ માટે બેસતા. પરંતુ જ્યારે શ્રી બ્રાહ્મ ત્રિપુરાની કૃપા દ્રષ્ટિ થઈ ત્યારે આ રચણ ઉપર લગભગ પાંચ હજાર રૂપિયાની વિશાળ પતાંગણી ધર્મશાળા બધાક અને

મને દર માસે ત્રણમેં ચારમેં રૂપિયા કાઢવારી કારતમાં મળતો હતો તે મુઠી મારા દાદ માસ મુસાફરી કરવી, ધરતું ખર્ચ કરતું અને તેમાં કંઈક કાપદો મળવાની આશા ન હોતી. ઉપર પ્રમાણે મારા મિત્રોના અભિપ્રાય થયા છતાં મહારી વહાલી માતા શ્રી બુદ્ધચરણને પોતાનું કાર્ય અને હથીયારરૂપ બનાવી કરાવી લેતું હતું તેથી મહારા વિચાર બદલાયા નહિ ને મેં કાઢીયાવાડ પ્રવાસમાં જવાનો નિશ્ચય કર્યો. પરંતુ કાઢીયાવાડમાં મહારે આ ઉત્તરું અને મોઘડીયાંનું વર્ષાસન અને ક્યે રચેલેથી કોણ આપશે એ વિચાર અંતે મને માદ આબુ કે મરહુમ રા. બા. આત્મારામ જીવંતારામ ખેલ વડોદરા રાજ્યના સર્વે સુબરી-ન્ટેન્ડન્ટ સાહેબ મહારા રોહી છે તેમને મળું તે મને યોગ્ય મદદ આપશે. તેવા વિચારથી હું ખેરાલુથી વડોદરે જવા ખેરાળુ રેલ્વેનથી બેઠો અને વડનગર રેલ્વેને જઈ છું તો વેડિંગ રૂમ આગળ મરહુમ ભારતર સાહેબને મેં જોયા. હું ઘુરત આગળ ન જતાં ઉતરી પડ્યો અને તેમને રાખ્યો. સ્વપ્નમાં ધએલી સૂચના મહારાથી તેમને કહેવાય તેમ નહોતા કારણકે માણસને ધણું સ્વપ્ન આવે છે ને તે કંઈ ખરાં પડતાં નથી. મેં ગાન કાઢીયાવાડમાં પ્રવેશે જતું છે ને કોઈનું ઓળખાણ નથી માટે આપને ઓળખાણ હોય તો મને પત્ર આપો એમ કહ્યું તેમણે મને મરહુમ નામદાર લીમડી દરબાર સર જસવંતસિંહ ઉપરને અને મુઠાગ વગેરેની સોંધ કરી આપવા માટે તેમના પ્રાધવેટ સેક્રેટરી પ્રેમચંદ્રભાઈ ઉપરને પત્ર ખેરાલુ લખી મોકલવા કહ્યું. તેમણે મને કહ્યું કે તેમની પાસેથી કંઈ વેંધક સળથે નાણાની મદદ જોઈએ છીએ? મેં કહ્યું કે મારે કંઈ મદદ જોઈતી નથી. પછી હું પાછો ખેરાલુ આવ્યો અને તેમણે મને જાને ઉપરના પત્ર લખી મોકલ્યા. પછી મેં વીસનગરનો મરહુમ શેઠ ગોકળભાઈ દોલતરામ પાસેથી બાવનગરના નાગર મુકસ્ય ઉપરના પત્ર લખાવ્યા અને વડનગરના નાગર મુકસ્ય હાકેર વીહલનાથ પાસેથી જુનાગઢના નાગરમુકસ્યે ઉપરના પત્રો લખાવી લીધા. ખેલ ભારતરના જાને કાગળ મને મળ્યા પછી મિતિ પોસ્ટ મુદ્દ સંવત ૧૯૪૪ અને જાનેવારી સન ૧૮૯૮ ના રોજ મને એક સ્વપ્ન આવ્યું. જેની તોષિ તે તારીખમાં તોષિ પ્રમાણે છે. "આજરોજની લખી રાખવા યોગ્ય દુષ્ટીકર્તામાં પાછલી રાત્રિના ચારને ત્રીસ મિનિટે આંખ ઉઘડી હતી તે વખતે સ્વપ્ન આવતું હતું તે નીચે મુજબ હતું.

હું લીમડી ગયો હતો ને ત્યાં પ્રેમચંદ્રભાઈ દરબારના પ્રાધવેટ સેક્રેટરીની મુલાકાત થઈ હતી તેમને ખેલ ભારતરનો પત્ર આપ્યો હતો. એવી માદ આવે છે કે સાચે હકોરા સાહેબ (લીમડી દરબાર માહેન) પણ હતા તેમને વાતમાં મેં એમ પણ કહ્યું હતું કે તમારો નહેરા વગેરે મેં સ્વપ્નમાં જોયો હતો તેમ તમને જોતાં જણાય છે. વળી મેં એમ કહ્યોની માદ આવે છે કે આત્મારે હું જે તમારી સાચે વાત કહે છું તે જુદો છું. જારી રીતે જુદો તો માંડે રૂબી શરીર આ વખતે ખેરાલુમાં છે, અહીં નથી. આ વાતચિત સદગ દેહથી આપની સામે કહે છું; વગેરે કહેલું અને આપેલો કાગળ અરેખા વાંચતાં મારી આંખ ઉઘડી હતી. આજની પીછ લખતા જેવી દુષ્ટીકર્તા નથી. મું ખેરાલું.

પોપ મુદ્દ ૧૧ સોમવાર સંવત ૧૯૪૪ તા. ૩ જાનેવારી સન ૧૮૯૮ આજરોજ રાત્રિએ પ્રવાસમાં ગયાનું શ્રમ સ્વપ્ન આવ્યું હતું. આજરોજ માતાની દીપમાં માત્ર બે માણસમાજ ૩, ૭૫) ની થઈ હતી. શ્રી વીસનગર. આ પ્રમાણે ઉપરા છપરી મને સ્વપ્ન આવતો હતો ને મહાર મન એ કાર્ય માટે જવા ઉઠેલાં હતાં. આ સામે પર્તમાનપત્રોમાં



જોશીજીનો વર્તાર ખડાર પડ્યો હતો તેમાં મહા માસમાં રાવિએ દટતર આવી સધળાં પ્રાણીજીનો નારા થઈ જશે, એમ લખેલું હતું અને તે વાત દરેક સ્થળે પ્રસિદ્ધ થઈ હતી. એમ છતાં આવા વખતમાં મુસાફરી માટે ન જવા કેટલાક સલાહ આપતા હતા.

પોસવદી ૧ વાર શનિ સંવત ૧૯૫૪ તા. ૯ જાનેવારી સન ૧૮૯૮ માંથી જરૂર પુરતો ઉતારો. આવતી કાલે વીરમગામ જવા માટેની તૈયારી કરવા માંડો ચિ. મંજુનો પત્ર આવે મળ્યો હતો તેમાં આવા વખતમાં લીમડી વગેરે તરફ પ્રવાસમાં જવા માટે ના લખેલી હતી. આ સંબંધમાં વખતના સંકેતથી હુંક વિચાર કરેલા જરૂર છે. દેવ-સંબંધીના ઉત્તમ કાર્ય સંબંધે આપણો પ્રવાસ છે. આવા પ્રવાસમાં કદાપિ દેવેશ્વરથી શરીરનો નારા થાય તો પણ શું થઈ ગયું. પરંતુ સરકારી કરવાનો દંડ નિશ્ચય જે કયો છે તેમાંથી ડગવાનું કારણ જણાતું નથી. લખવા જેવી બીજી હકીકત નથી. મુ. ખેરાલુ.

તા. ૯ મી જાનેવારીએ હું તથા મારા સહનત્ર મિત્ર રા. હમનલાલ મોરારજી તથા મારા રંગેશભાઈ પ્રમાણકર એ રીતે ખેરાલુથી નીકળી વીરમગામ જઈ રહ્યા અને તા. ૧૦ મીના રોજ વડવાણ કાંપમાં દમાડા દરબારના કારગારી રા. રા. અમૃતલાલ જોશીભાઈને ત્યાં મુકામ કર્યો હતો. અને પોમ વદી ૩ મંગળવાર સંવત ૧૯૫૪ તા. ૧૧ જાનેવારી સને ૧૮૯૮ ના રોજ રાતે મહાગત લીમડી દરબાર શ્રી જસવતસિંહજી, કે. સી. આર્ષ. ઇ. ને મળ્યા હતા તે તારીખની નિત્ય નોંધ પોથીમાંથી જરૂર પુરતો ઉતારો—“ કાંદાર શ્રી જસવતસિંહજીની ધર્મે ઉપરની આસ્તા, તેમનો ભક્તિભાવ, અને ઉત્સાહ સાથે વિદ્વાત જોઈ અતિશય આનંદ થયો હતો. આપણી આર્થભૂમિ ઉપર આવા સત્પણદી અને ધર્મશીલ રાગ-જોની ધણી ખોટ જોઈ ભારે દીવંગીરી થાય છે ઇત્યાદિ. ” મુ. લીમડી.

નામદાર મહારાણ્યશ્રી જસવતસિંહજી સાથે ગયા ત્યારથી દરરોજ રાતના નવ વાગ્યા પછી જે જે કે તથા તથા કલાક સુધી એકાંતમાં ધર્મ સંબંધે અનેક વાતોની વાંચિત અને ચર્ચા ચાલતી હતી અને તે વાતોની નોંધ લેવાતી નહોતી. લીમડીમાં ગયા પછી કેટલીક વખતના મુખ્ય બનાવો અને શુભ સ્વપ્નોની નોંધ મેં રાખેલી છે, પરંતુ તે નોંધના ઉતારા મુકવાથી અતિશય લંબાણ થાય તેમ હોવાથી આ સ્થળે મેં દ્રાખત કરેલા નથી. તા. ૯ મી જાનેવારીએ ખેરાલુથી નીકળેલા હતા. લગભગ પચીસ દિવસ થયા પણ દરબાર સાહેબ પાસે બીજા સ્થળે જવાની રજા માગતાં રજા આપી નહિ તે રહેવા માટે આશ્ચર્ય કરતાં તેથી મિતિ મહા સુદ ૧૪ મંવત ૧૯૫૪ રાવિવાર તા. ૫ ફેબ્રુઆરી સન ૧૮૯૮ ના રોજ પ્રાતઃકાળમાં મેં માતાજીના પૂજન વખતે સ્તુતિ કરી કહ્યું કે મને ખેરાલુથી નીકળે એક માસ થવા આવ્યો. યોધડીયા મળતાં નથી અને નામદાર લીમડી દરબાર પાસે માગવાને જીમ ઉપડતી નથી. તો હવે શું કરવું તેની સમસ્યા પડતી નથી. માટે હવે તો આજે લીમડી દરબાર સાહેબ પાસેથી બીજા સ્થળે જવાની રજા માગવી. આવો વિચાર કરી આજ રોજ રાતે લગભગ દસ વાગતાની વખતે હું અને દરબારથી પોને એકાંત સ્થળમાં વાતચિત કરતા હતા તે પુરી થયા પછી મેં એમની પામેથી બીજા સ્થળે જવાની રજા માગી. તેમજે અને પુછ્યું કે તમે શા કારણે નીકળ્યા છો તે વાત તમે મને આજ સુધી કરી નથી. મેં કહ્યું આપ નામદારને તે રાજાથી કંઈ કહ્યું ના થાય છે? તેમજે જવાબ આપ્યો કે પોસ મારતરે મને પત્રમાં લખ્યું છે કે રા. જોશીવાસે એક વૈદ્યને પ્રય લખેને જે ને તે

તેમને છપાવવાનો છે માટે તેમાં મદદ માગે તો આપજો. મેં જરાય દીવો કે એ કારણ-  
સર હું નીકળ્યો નથી. ત્યારે તેમણે કહ્યું કે “જીભું કારણ હોય તો મને કહે.” મેં કહ્યું  
એ વાત કહેવાથી આપ નામદારને એમ લાગશે કે હું એક જુના વિચારનો અને વહેમી  
હું અને અધુરપણું હું. એ પ્રમાણે દલા છતાં પણ તેમના આમહથી મને નિદ્રામાં સ્વાપ  
હારાએ માતાજીએ કરેલી સ્વપ્ના મેં પુરેપુરી તેમને કહી જતાની. તેમણે કહ્યું કે માતાજી  
ચોષડીમાંની નીમણુંક કોની પાસેથી અપાવશે ? મેં કહ્યું કે નામદાર સાહેબ, તેની મને ખબર  
નથી. જ્યાંથી એ નીમણુંક બધાય ત્યાંથી ખરી. આ જમી વાતચિત થયા પછી હું લગભગ  
અગીયાર વાગ્યા પછી દુનરશાળામાં જ્યાં મને ઉતારો આપ્યો હતો ત્યાં ગયો.

મિતિ મહા સુદ ૧૫ વાર રવિ સંવત ૧૯૫૪ તા. ૬ ફેબ્રુઆરી સન ૧૯૯૮ આજરોજ  
પ્રાંણ સુદર્ભમાં હોી ખેરાલુનાં શ્રી બહુચરાજીની શ્રીર્તિના ફોટો સામે મુકી હું સ્તુતિ કરતો  
હતો કે ચોષડીયાં દયારે અને ક્યાંથી મળજે ને મ્હારે ક્યાં જવું એ સમજણ પડતી નથી.  
સ્વદારના લગભગ સાડાસાતના અરસામાં ફોકર સાહેબને એક પડાવાળો દુનરશાળામાં મ્હારા  
મુકામ ઉપર આવ્યો ને કહ્યું કે દરબાર સાહેબે ચીડી આપી છે. તે ચીડી ઉપાડી જોતાં દરબાર  
શ્રી જસવંતસિંહજીએ પેન્સીલથી પોતાના હાથેજ લખી હતી, અને તેમાં ચોષડીયાં ચાલુ  
કરવાને માટે લખેલું હતું. તે વાંચી મને અતિશય આનંદ થયો હતો. તે તારીખની નિત્ય  
મોધપોયામાં નીચે મુજબ લખેલું છે: “આજરોજના દિવસ ધણે આનંદનો આ ડાયરીમાં  
માનવા જેવો જણાય છે. શ્રી બહુચરાજી માતાજીના ખેરાલુના શ્રીમાળીવાડીના દેવાલયમાં  
જ્યાં આપણે માતાજીની મૂર્તિ સ્થાપન કરેલી છે તે મૂર્તિની સાનિધ્ય ચોષડીયાં ખેસાર-  
વાનો આપણો દીર્ઘ પ્રવાસ આજ સફળ થયો છે. નામદાર લીમડી દરબાર સાહેબ શ્રી  
જસવંતસિંહજીએ ચોષડીયાં રાજ કરાવના લખેલું છે, ને એક વર્ષ માટેની અગાઉથી રકમ  
આપના હુકમ કર્યાનું અને વાર્ષિક બજેટમાં મળવ કરવાનું જણાવ્યું છે. જે રકમ આપુ  
વાંની આપવા હુકમ થએલો તે રકમ તપાસ કરતાં રૂ. ૧૦૦) રોકડા આપવા હુકમ કર્યાનું  
જણાવ્યું છે. આ રકમ ચોષડીયાં ખેસારવાના વાર્ષિક ખર્ચ માટે માગ્યાં કરતાં કંઈક જરૂરી  
છે. આજરોજ લીમડી દરબાર સાહેબ રાજકોટ બેચેરે એક વાગતાની ટૂંકમાં પધાર્યાં તે  
વખતે તેમની મુલાકાતનો કીમતી લાભ મળ્યો હતો, અને તેમની પાસેથી જવા માટે  
રજા લીધી હતી.\* આ ડાયરીમાં હું સુદતના બન્ને બનાવો ધણા સંતોષકારક માણું પડ્યા  
છે. ગયા આશો સુદ ૧૩ ના રોજ માતાજીની પ્રતિષ્ઠાનો બનાવ, તેમજ આજરોજનાં ચોષ-  
ડીયાં આપુ ક્યાંનો જનાવ સંતોષકારક છે. ઇત્યાદિ.”

નામદાર લીમડી દરબાર સાહેબે ચોષડીયાં ખેમાડવા હુકમ કર્યાથી મેં ખેરાલુ મારા  
મિત્ર સહગત છગનલાલ મોરારજી જેઓ મ્હારી સાથે લીમડી આવેલા અને હું લીમડીમાં  
વધારે રોકાયાથી તેઓ ખેરાલુ પાછા ગએલા તેમને એ પત્ર લખી માહા વહી ૧૨ ગુરૂ.

\* નામદાર લીમડી દરબાર સાથે વાતચિત મળેલી તેમાં મેં તે નામદાર સાહેબને પુછ્યું  
કે આજે આપે ચોષડીયાંની નીમણુંક અણુચિંતથી શી રીતે બાધી ? તે નામદાર સાહેબે મને  
કહ્યું કે ગઈ રાતે હું નિદ્રામાં હતો તે વખતે શ્રી બહુચરાજી માતાજીનાં દર્શન થયા ને તેમણે  
મને પોતાના દરબારમાં ચોષડીયાં આપવા આજ ક્યાંથી મેં સ્વદારમાં સિવપૂજન કરતી વખતે  
જ તેમને ચીડી લખી હતી.

પાર સંવત ૧૯૫૪ થી ચોધડીયાં માતાજી આગળ વગાડવાનું શરૂ કરવા લખેલું તે પ્રમાણે તેમણે ચોધડીયાં ઉંચી જગેએ વાજે તો આખા ગામમાં સંભળાયા પરંતુ માતાજીની ધર્મ-શાળાને એક બાજુ મેડો નહોતો તેથી ધર્મશાળાના બહારના ઓટલા ઉપરજ તેને વગાડવામાં શરૂ કર્યા હતાં, તેથી બધા ગામમાં સંભળાતાં હતાં. તેથી ગામના કેટલાક ગૃહસ્થોએ મને કહ્યું કે ચોધડીયાં માટે મેડો થાય તો સારું. તેથી મેં શ્રીમાળી બ્રાહ્મણની નાતના આગેવાનોને બોલા કરી એ શ્રીમાળીવાણની ઉત્તરદિશા તરફ બંધાર નીચે રહી હતી તેના ઉપર મેડો કરાવી આપવા કહ્યું. વિશેષમાં મેં તેમને એમ પણ કહ્યું કે લીંમડી દરબારે ચોધડીયાં બેસાડેલાં છે તેમાં તમારા ગામની શોભા છે એટલુંજ નહિ પણ તમારી નાતની પણ શોભા છે. જો ચોધડીયાં માટે મેડો નહિ કરાવો ને કદાપિ ઓચિંતો લીંમડી 'દર-બારનો' કોઈ અમલદાર જોવા આવશે કે આપણે આપેલી રકમનો સહુપયોગ થાય છે કે નહિ ? તે અંગે જો આવી સ્થિતિ બેસે ને ત્યાં જઈ ઉડીકત કહેશે તો દરબાર સાહેબ દરેલી નેમણુંક બધ કરશે વગેરે કહી ધણી રીતે સમજાવ્યા પણ તેમણે મેડો કરી આપવા સાર ના પાડીને કહ્યું કે તમારે કરાવવો હોય તો કરાવો. મેડો કરાવતાં બારે ખર્ચ થતું હતું ને માતાજીના ધંડમાંની રકમ સિલક પણ નહોતી, તેથી મારાથી મેડો કરાવવાનું બની શકે તેમ નહોતું. આવી સ્થિતિમાં જેઠ માસ આવી પહોંચ્યો. બહારના ઓટલા ઉપરથી ખુલા હોવાથી વરસાદના દિવસોમાં વાહન આવે ને પલળે તેમ હતું તેથી મને બારે ચિંતા થવા લાગી. એક દિવસ હું રાતે આ ચિંતામાં માતાજીની સ્તુતિ કરી જોઈ રહ્યો તો તેમણે મને આશા કરી કે તું સામટું ચિંતા કરે છે ? આર મોભ લાવી જમીનમાં ચોડાવી તે ઉપર પાટીયાં જડાવી ઉપર મારા ચોધડીયાં વગાડવાની તર્જનીજ કરું ને ઉપર પત્રાં ખેત્રજી નંખાવ. બીજે દિવસે સહવારમાં હું ઉઠ્યો ને તુરતજ માતાજીની આશા પ્રમાણે ખેરાલુના કાગડી બોરા કરીમખાઈને ત્યાંથી વળાળ્યા મોભ પાટીયાં મંગાવ્યાં. અને માતાની ધર્મશાળામાં તે સામાન માટી અને ઈંટો નંખાવી અને જેઠ વડી ૭ સંવત ૧૯૫૪ ના રોજ ડાંચેશો કરવાનું ખાત સુધૂતે કરાવ્યું. આ સંધ્યે શ્રી બાવાસ્તવન અને દેવી અદ્ભુત ચમકારના પુસ્તકમાં માતાજીની સ્તુતિમાં વસંતતિલકા વૃત્તમાં નીચે પ્રમાણે લખ્યું છે.

કાચાં મકાન કરી ચોધડીયાં રખાવો,  
ભેળે ન કોઈ જનને મળીને મનાવો;  
તાંગા ધા મગાવી વગા મોભ કરવાજ કામ,  
હે માત બહુચરી તને કરે હું પ્રણામ.

વાડીની ઉત્તર દિશે હતી જે રવેચ,  
વાળે ઉડી નવ રહ્યું સુનિશ્ચાન લેશ;  
તે જેઠ માસ વદ આઠમ દિન સામ,  
હે માત બહુચરી તને કરે હું પ્રણામ.

મેળન બાગ કરીઓ નમિયા શ્રીમાળી,  
આવી પનેજ પડીયા તન દેડી બાળી;  
તે દામ ઇંટ ચળી જન્મે પને ચુકામ,  
હે માન બહુચરી તને કરે હું પ્રણામ.

જે વદી ૫ ના રોજ મહારે જરૂરી કામ સાડ નડીયાદ જવું પડ્યું. વદી ૬ ને સાતમ બેગાં હતાં તે દિવસે હું નડીયાદ રહો હતો અને વદી ૮ ના રોજ બપોર પછી લગનમગ તથા સુમારમાં હું જેરાલુમાં આવ્યો હતો ત્યારે મને ખબર પડી કે જેરાલુમાં બપોર પવન વાવાથી કેટલાંક મકાનોનાં છાપરાનાં પતરાં ઉખડી હડી ગએલાં તેમજ કેટલાંક ઝાડો પથ્થુ મૂળમાંથી ઉખડી પડી ગએલાં. શ્રી બહુચરાજીના દેવળની ધર્મશાળામાં લીમડાનું ઝાક છે તેનું એક ડાણું ટુટી પડેલું અને જે ઓરડી ઉપર મેં ચોષડીયાં બેસાડવા મેંડા કરવા કહેલું તે ઓરડી ઉપરનાં પતરાં નીચે પવનની મુઝ પડવાથી ખીલા ઉખડી ગયા અને પતરાં પથ્થુ ખીલાની જગાએથી કપાઈ જઈ ત્યાંથી લગનમગ એક કે દોઢ ખેતરવા પડ્યાં હતાં ને માતાની ધર્મશાળાના બીજા પતરાને પથ્થુ ઉખડી જવાથી નુકસાન પડેલું હતું તેથી તે સાંજે મારે ડાગળો કરવાનું ખાત સુદૃઢ તો તદન અટકી પડ્યું. શ્રીમાળી લોકોને આથી દોષ થયો હશે તેમ ધારી હું માતામાં જોવા પથ્થુ ગયો નહોતો. પરંતુ મારા મિત્ર હનલાલ મોરારજી વગેરે મને ઘેરથી જોલાવી જઈ માતાનું સ્થળ બતાવ્યું. તેમણે કહ્યું કે તમે જે સ્થળે ચોષડીયાં માટે મેંડા બનાવવા કહેલું તે સ્થળને ઘણું નુકસાન પડેલું છે. માટે હવે ડાગળો કરશો નહી. કદાપિ માતાજીએ જા બનાવ કર્યો હોય ને ઓરડીપર મેંડા ન કરીએ તો જાની બીન્દુ નુકસાન ધાય. મેં કહ્યું તમારી ઇચ્છા હોય તો કરો, તેમણે કહ્યું મેંડામાં ચરખા ખસવા પૈસા તમે આપો. મેં તેમ કરવાની સાફ ના પાડી, પરંતુ બધાંએ મને શરમાવ્યાથી ડાગળા માટે લાવેલા એક વળાળો પાડીયાં છટા માડી વગેરે જે હતું તે બધુંએ મેંડા કરવામાં આપ્યું. ને એ સ્થળે ઓરડી ઉપર એક બચ્ચ મેંડા બંધાવ્યો હતો જ્યાં માજીનાં ચોષડીયાં વગાડવામાં આવતાં હતાં. નામદાર લીમડી દરબાર સાહેબે ચોષડીયાં આધ્યાને બાર માસ ચર્ચ ગયા પહેલાં અને તે પછી હું દરબાર સાહેબને ખાનગી પત્ર લખતે લખતો તેના જવાબમાં જો કે તે નામદાર તરફથી પત્ર આવતા હતા પરંતુ ચોષડીયાં બંધે જરા પથ્થુ ખુવાએ લખતા નહોતા. આવી સ્થિતિમાં મારે માસની મુદત ઉપરાંત લગનમગ તથા માસ બ્યતિત થયા પરંતુ કંઈ પથ્થુ ખુવાસો મળ્યો નહિ. ચોષડીયાં વગાડનાર નોકરોનો પગાર તો આપવો પડતો હતો તેથી મેં લીમડી જનાનો નિશ્ચય કર્યો.

મિતિ ચૈત્ર વદી ૧ સુધવાર મંચત ૧૪૫૫ તા. ૨૬ માટે એપ્રિલ સન ૧૮૯૮.

માતાજીનાં ચોષડીયાં કાયમ કરવા માટે મારે લીમડો જવાનું હોવાથી હું પાંચથી રાત્રે હડ્યો હતો ને મારા પ્રાતઃકાળના નિત્યકર્મથી પરવારી હું શ્રી બહુચરાજીમાં આવ્યો હતો. તે વખતે પથ્થુ ઘડી બે ઘડી રાત્રિ હશે. આકાશમાં તારા જગમગ રહ્યા હતા. ચોષડીયાં વાગ્યાએ ચોષડીયાં વગાડવાનાં શરૂ કર્યા હતાં. બાહારમે આરતી કિતારી નેરેલ કરી મને પ્રસાદી આપી હતી, તેમજ એક નાળાએર અને કંક શુક્રનાં આપ્યું હતું. માત્ર આમજ આનંદના મર્યાનો પાકે હું કરી ગયો હતો અને ચોષડીયાં કાયમ કરવા માટે મેં માતાની સ્મૃતિ કરી હતી.

“ નહી ઉપર આવતાં ચાસ પડી ડાળેથી જમણે મળ્યું હતું. માતામાંથી નીકળતાં શુભ શુકનો થયા હતા. ગાડીમાં મગનલાલ રતનચંદ જેઓ એક મોટા વેપારી છે તેમનો સમાજમ થયો હતો તેમણે મને ચોતાની વીગમગામની દુકાને કિતરવા માટે આમદ કર્યો હતો. પરંતુ મેં લીમડીમાં રા. રા. વીસનજીમાં રાજવજીને વાર કર્યો હતો તેથી રોકાવાય તેમ નહોતું.

તેથી તેમની માગણી સ્વીકારી શકાયો નહોતો. રાતની આડીમાં હું લીમડી ઉતર્યો હતો, રાતે સ્ટેશન પર મારે માટે ગાડી અને માણસ તૈયાર હતું, તેથી હું ઉતારાપર રસોઈયા સાથે ગયો હતો. મારે પ્રાતઃકાળમાં શિવપૂજન સર્યોદય પહેલાં કરવાનો નિયમ હતો તેથી મિત્ર વિસનછમાઇએ મારે માટે સર્વ તૈયારી કરાવી રાખી હતી. સુક્રમ લીમડી.

ચૈત્ર વદી ૨ વાર ગુરૂ સંવત ૧૯૫૫ તા. ૨૭ માહે એપ્રિલ સને ૧૮૯૯

આજરોજની મારી નિત્યેતાધેયોથીમાં લાંબી દડકીકત લખેલી છે તે ખરી લખવાથી લગભગ થાય તેથી તેમાંથી મેં જરૂર પુરતો બાગ લીધો છે.

“આજરોજ નામદાર દરબાર સાહેબની સુલાકાત રાત્રે લીધી હતી અને માતાજીનાં ચોખ્ખીમાં સંબંધીની વાતચિત થઇ હતી તેમ જ દિવસની વખતે દીવાન સાહેબ એરેમણની સુલાકાત પણ લીધી હતી. આજરોજના વિચાર લખવાને સન પ્રકુલ થાય છે અને તે હમેશાં યાદ રાખવા સરખા છે માટે લખલ કર્યા છે.

ગયા વર્ષે આપણે લીમડી આવ્યા હતા ને તે વખતે શ્રી માતાજીનાં ચોખ્ખીયાંની એક વર્ષની રકમ દરબાર સાહેબે આપી હતી દરબાર સાહેબે પોતે લખેલી ચીઠીમાં-પણ જણાવ્યું હતું કે “હું એક વરસ માટે એટલી રકમ આપુ છું કે ચોખ્ખીયાં શરૂ કરવાને હરકત આપશે નહિ. આવની સાલતુ બજેટ થશે તેમાં સર્વ ખુલાસો થઇ જશે” ઇત્યાદિ. આ રકમ લખને ગયા પછી બજેટમાં એ રકમ લખલ કરાવવા પ્રયત્ન કરવામાં આવી રાખી નથી. આપણે ઘણા પત્રો દરબાર સાહેબને લખ્યા હતા. તેમજ બીજી રીતે પણ પત્ર લખી તમજીજ કરી હતી પરંતુ એ રાજ્યતુ બજેટ થયું નહોતું. તેમજ રકમ માટે મંજૂરી મળી નહી કે પુરતો ખુલાસો પણ મળ્યો નાહ. મત વર્ષમાં દીવાન અને નાયબ દીવાન હતા તેમજ જલ્લાઇ ગયા ને નવા દીવાન સાહેબ આવ્યાની ખજાર સાંભળી અને દરેક ખાતામાં રીકેન્શન થાય છે અને હવે એ રકમ આગળ મળવી કઠીણ છે એમ સંબળાવા લાગ્યું. આથી મન વધારે આતુર થવા લાગ્યું. એક વર્ષની મુન્ત પુરી થઇ ગઇ છતાં કંઈ જણાવ્યું નહિ, તેથી આપણે ઘણી વખતે માતાજીની સ્તુતિ તેમના સાનિધ્ય દરેલી કે ચોખ્ખીયાં તારા દરબારમાં છે ને તેમાં મારો સ્વાર્થ નથી, માટે મંજૂર થાય તેમ કરો પરંતુ તે સ્તુતિથી કાંઈ સાર્થક થયું નહિ. વર્ષ વિતી ગયા પછી આપણે દરબાર સાહેબ ઉપર તથા દીવાન સાહેબ ઉપર બલામણુ પત્ર લખી મોકલવા, મે. રા. જ. હરિવાલભાઇ લઘુભાઇ એમને રાજકોટ પત્ર લખ્યો હતો. અર્ને તેઓ સાહેબ જરૂર પત્ર લખી મોકલશે એવી આશા હું ગમતો હતો. પરંતુ ‘પારખી આથ તે સદા નિરાશ’ જેવું થયું. તેમણે અમારી જાતિના રા. રા. હરિલાલ દિગ્ગવાલ રાજકોટ નોકર હતા તેમને કહ્યું કે ‘હું’ પત્ર લખીય નહિ ને મોગીલાલને લખો કે એ કાર્ય માટે રાજકોટ ફેરો ખાપ નહિ. એવો હરિલાલ દિગ્ગવાલને પત્ર આવ્યો. આ પત્રથી ઉલટી દીલગીરી વધી ને મનમાં પરિતાપ થવાં લાગ્યો. પત્ર મળ્યો તે દિવસે ખરાબર નિદ્રા આવી નહિ, ત્રિચારોના તરંગો ઉપર તરંગો આવવા લાગ્યા કે શું દેવીનું પારખું નથી? આપણે મિથ્યા જાતમાં પડ્યા છીએ? માતાનાં ચોખ્ખીયાં શું હવે અંધ થશે ને લોકોમાં હાંસી થશે? શ્રીમાળા બ્રાહ્મણેએ ચોખ્ખીયાંના મકાન માટે દરેકું ખર્ચ બર્ચ જરૂર ને તે લોકો પણ હાંસી કરશે, ગામમાં પણ લોકો હાંસી કરશે. આપણે કદાપિ

એ ત્રણ માત્ર પદરનો પગાર આપી રાખીયું તો તેમાં પણ શું વળશે, અને આપણું ધર પહોંચવાનું નથી તે હમેશા આપી રાખીએ તેવી આપણી રિયતિ પણ નથી. માતાનું કામ હજી ઘણું કામ કરવાનું છે, એટલે માતાજીના કંડની રક્તમમાંથી પણ એ ખર્ચ કરવું પરવડે તેમ નથી, આવી ગદ્યમાં થવા લાગી. મેં માતાજીની પણ ઘણી વખતે સ્તુતિ કરેલી કે સ્વપ્રકારએ પણ મને કહ્યો કે ચોષડીયાના વર્ષાસન માટે શું થવાનું છે ? પરંતુ તે પણ શું કરવા સાંભળે તે જવાબ આપે ? લાંબા વખત સુધી વિચાર કર્યા પછી મેં પટેલ ભાસ્તર સાહેબનો લીમડી દરબાર સાહેબ ઉપર બલામણ પત્ર મંગાવવા નિશ્ચય કર્યો. અને તેમને એક પત્ર પણ લખ્યો અને તે પત્ર રા. રા. ચિતામણરાવ નારાયણ વડોદરા રાજ્યના મજાસુદારના પત્રમાં ખીડી મોકલ્યો. તેમને મેં લખેલું કે કૃપા કરી આવા પરમાર્થના કામમાં મદદ આપો અને લીમડી દરબાર સાહેબ ઉપરનો પત્ર લખી મહારાજ તરફ મોકલો. એ પત્રનો જવાબ મને મળ્યો કે પટેલ ભાસ્તર સાહેબ હાલ વિજાપુરમાં છે. તેમની વડોદરા આવવાની રાહ જોતાં ફોજીના દિવસો પણ અતિત થઈ ગયા, ને ઉત્તરોત્તર કાળજી પણ વધવા લાગી તેથી મેં એક પત્ર પરબારે વિજાપુર પટેલ ભાસ્તર સાહેબને લખ્યો. તે પત્રનો જવાબ એવો આવ્યો કે લીમડી દરબાર સાહે તમને પત્ર આપી મેં જોળખાણ કરાવી આપી છે. હવે પુનઃ પત્ર લખી જોળખાણ કરાવી આપવાની જરૂર હોમ એમ મને લાગતું નથી, આ જવાબથી પ્રણી શ્રીકરમાં વધારો જ થવા લાગ્યો કે જ્યારે ચારે બાજુથી આવા વિધો આવે છે ત્યારે ધારેલું કાર્ય જનવું કેડીયું છે. જો જનવાનું હોત તો પ્રથમના પ્રવાસ વખતે સાધનો જલદી મળી આવ્યાં હતાં તેવાં આ વખતે પણ મળી આવત. તેથી મનને ખાતરી થઈ કે ચોષડીયાનું ખર્ચ આગળ મળવા ખીલકુલ સંભવ નથી. તેમજ દરબાર સાહેબે ગઈ સાતે રૂ. ૧૦૦) આપ્યા છે એટલે તેમાં વાર્ષિક રકમ કરતાં વધારો છે એટલે એક વર્ષની મુદત પછી જો પગાર તરોઆપ્યો છે તેમાં તમારે કંઈ બેડવું પડ્યું નથી એમ તે નામદાર જણાવીને કહેશે કે મેં તો માત્ર બાર માસ માટે હુકમ આપ્યો હતો તેથી આગળ ચલાવવા મારી નજરમાં આવતું નથી. આ પ્રમાણે જવાબ મળશે એમ મનમાં વિચારે આવવા લાગ્યા હતા. વળી ફોજદારી કારોની મુદતો ને લીધે વખતનો પણ મને સંકેત હોતો, પરંતુ ફરી વિચાર કર્યો કે જૈન વડી ૧૧ ના રોજ ૩. ૮ નોકરોને પગાર આપવો પડશે એમ ક્યાં સુધી આપીયું ? વળી કેમ અનિવાર્ય બન્યું આવી તો જવાબ નહિ. વળી ઉન્હાણાની મોસમ પણ શરૂ થઈ છે માટે કમ્પ્લેટ હશે તેમ જનશે પણ આપણે તો આપણાથી જનતો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. કર્મણ્યે વાધિકારસ્તે મા કલેષુ કદાચન ॥ આપણે તો પ્રયત્ન કરવાનું છે, ફળતો ધરના. હાથમ છે. આવા વિચારથીજ શુભ શુભ સંધી ચૈત્ર વડી ૬ ના રોજ જવા વિચાર કર્યો હતો. આવા આવા વિધો ચોષડીયાની નેમણુંક કાયમ થવામાં આવ્યાં હતાં. હવે આગળ દિવસ માટે થોડું કહીએ. આજરોજ સંજના સાડા છ કે પોણાસાતના શુભારમાં શ્રી જસુ નાથ મહાદેવમાં નામદાર મહારાજા શ્રી જસવંતસિંહજીના સહાર્યવદનનું દર્શન થયું. તેજ સાહેબ મારા નજીક આવ્યા પછી મેં તેમને નમસ્કાર કર્યા. પ્રસન્ન વદનથી તેમણે પુછ્યું ? તમે આજ બપોરની ગાડીમાં આવ્યા ? મેં કહ્યું ના, નામદાર સાહેબ, હું ગઈકાલ રાત્રિની ગાડીમાં આવ્યો. આકસ્મિક વિચાર થવાથી વીસનજીમાં જો તાર ફરી નીકળ્યો હોતો પણ મેં આપ નામદાર સાહેબને એક પત્ર લખેલો તે પહોંચ્યો હશે. તેઓ સાહેબે કહ્યું હા મેં તે પત્ર પહોંચ્યો છે. પછી તેઓ પોતાના મહેલ તરફ ચાર થોડાની ગાડીમાં ગાડીમાં

અંગરક્ષકો સાથે ચાલ્યા ગયા તે પછી રાત્રિના સાડા નવ વાગતાંના શુભારમાં હું તથા મારા રસો-  
 ધાઓ પ્રભાશંકર વગેરે સાથે દરબારમાં ગયા. ને દરબાર સાહેબને વરધી પહેરાગીર પાસે અપાવી  
 અને તેમની પરવાનગી આવ્યાથી હું તે નામદાર પાસે ગયો. જરાયલા દરબારમાં તેઓ એક  
 સુશોભીત કોચ ઉપર બેઠેલા હતા. હાં બેઠે મેં તેમને નમન કર્યું અને બેઠક લીધી. થોડી  
 વાર પછી દરબાર બરખાસ્ત થયો. ને બધાની સાથે હું પણ ઉઠ્યો. દરબારશ્રીએ પોતે  
 મને, તથા રા. રા. વીશનજીભાઈ તથા રા. રા. જટાશંકરભાઈ અને ચોથા વઢવાણના  
 વધીલ જગનલાલભાઈ અને તથા વીરચંદ્રભાઈ નામના એક ગૃહસ્થને કહ્યું કે તમે બહાર  
 બેસો હું એકે એકે બોલાવી બધાની મુલાકાત લઉં છું. પ્રથમ વીરચંદ્રભાઈ પછી જટા-  
 શંકરભાઈ, તે પછી વીસનજીભાઈ એમ એક પછી એકને બોલાવ્યા. પરંતુ તે બધામાં મારા  
 નામર તો છેલ્લોજ હતો. મને તો બેઠે બેઠે અનેક વિચારો આવતા હતા કે આપણે દરબાર  
 સાહેબને મુલાકાત વખત શું કહેવું? છેવટે એમ કહેવાનો મનમાં નિશ્ચય કર્યો કે ખીન્ન વર્ણની રકમ  
 રૂપા કરીને આપો. તેમ ન કરો તો માત્ર ચાલુ ચોપડીયાં આવતા મહા માસ સુધી ચાલુ રહે  
 તેટલી રકમ ગમે તેમ કરી આપો. તેમ ન કરો તો થોડા રૂપેયા બક્ષીસ કરો કે તે  
 રકમના બ્યાજમાંથી માત્ર સંધ્યાકાળે આરતી વખત ચોપડીયાં વગાડી જાય. કોઈ પણ  
 રીતે આપતું નામ કાયમ રાખો. ખીન્ન વિચાર એ થયા કે માતાજીની બાહારસ્થાન અને  
 દેવી અફ઼ુત ચમત્કારની ચોપડીયેનાં કાવ્યો જ્યારે જ્યારે ગવાશે ત્યારે ચોપડીયાં હશે  
 નહિ. એ કાવ્યો સારા સારા ગૃહસ્થો સાંભળી કહેશે કે જે વસ્તુ હયાતીમાં નથી તેના  
 માટે શું કરવા કાવ્ય ગવાય છે? આમ વિચારના વખતમાં હું ચોથા ખાતો હતો એટલામાં  
 મને બોલાવ્યો. દરબાર પોતે એકાંતમાં એકલાજ હતા. તે નામદારે મને સુપ્રતવદનથી પાસે બોલાવી  
 બેસાડ્યો, અને ખામર પુછી કેટલીક વાતચત કરી. માતાજીના ચોખમાં માર્તિ ઉપર મેં  
 જે પ્રકાશમય તેજનો અનુભવ કર્યો હતો તેની મને યાદી આવી. અને ધૈર્ય રાખી ચોપડીયાં  
 સંજયે મેં એક શબ્દનો ઉચ્ચાર પણ તે નામદાર સાહેબ આગળ કર્યો નહિ. પરંતુ આ  
 વખતેજ માજીનો ચમત્કાર, તેની શક્તિનો પ્રભાવ, તેની ધમ્મજ અનુબળની-મારા મનને  
 ખાત્રી થઇ હતી. તે નામદારે મને ફરમાવ્યું કે ચોપડીયાંની સુલત પુરી થઇ ગયા છતાં  
 તમે ચોપડીયાં બંધ ન કર્યો તે સાર કામ કર્યું. આવાં શ્રી મુખનાં વાક્ય સાંભળતાં  
 મારું મન પ્રકુલિત થયું. અને મનમાં તરત વિચાર આવ્યો કે માજીએ મારી કસોટી  
 કાઢવામાં કંઈ મણા રાખી નથી. મારું ધૈર્ય કેટલે સુધી છે તેની પણ પરીક્ષા કરવામાં  
 ખાત્રી રાખી નથી. તેણે આવી વખતે મને જતાવી આપ્યું કે હું મિથ્યા થુ કરવા હાં હાં  
 મારતો હતો કે ખીન્ને તને કાર્ય કરી આપશે? પણ હું મારું કાર્ય કરવાને શક્તિમાન છું.  
 મારા કાર્ય માટે કોઈ એમ કહે કે મેં એ કામ કરી આપ્યું, એવું શામાટે બોધ્યો? મને  
 આ વખતે માજીના ગરજાના શબ્દો યાદ આવ્યા કે:

મારી અંખાને ગમે તે તો યાચરે મિથ્યા હું તો બુલો ભયું છું;

મારી જહુચરને ગમે તે તો યાચરે મિથ્યા હું તો બુલો ભયું છું.

એ પ્રમાણે થયું. ખીજ પણ વાતચિતનો પ્રસંગ નીકળ્યો અને આનંદની વાર્તા કરી  
 રાત્રિના અગીઆર વાગતાં તે નામદારે દીવાન સાહેબને પોતાને મકાને બોલાવ્યા ને-ચોપ-  
 ડીયાંની તેમણે કામ કરવા ઔરસીસ ઔરડર કરવા ફરમાવ્યું. રાત્રિના લગભગ સાડાગાર  
 વાગવાની વખતે હું દુનરસાળામાં આવ્યો હતો. શુભમ લાંબી.

આ બતાવ પછી નામદાર લીંબડી દરબાર જીવ્યા ત્યાં સુધી હું દરવરસે ચોપડીયાંની રકમ જતે લેવા જતો હતો. તે નામદાર સાથે મારે લાડો રતેડ થયો હતો અને નામદાર કહેતા હતા કે તમે ધરનું બાડાખર્ચ કરીને અને તમારા ધધાનું તુકશાન વેડીને શુ કરવા આવો છો. માતાજીનું વર્ષાશન મનીઓરડરથી મોકલાવીશ. મેં કહ્યું “નામદાર, આપ જનકવિદેહી જેવા પ્રવિત્ર રાજના સમાગમ કરતાં દુનિયામાં ઉચ્ચતર લાભ એકે નથી.” મારો તેમનો કેટલીક મુદત સુધી સંબંધ જોડાયેલો રહ્યો હતો ને તેમની સાથેના પ્રમંગની કેટલીક નોંધ મેં રાખેલી છે, પરંતુ વિસ્તારના ભયથી અને તે લેવામાં આવી નથી.

મિતિ યેત્ર વદી ૬ સોમવાર સંવત ૧૯૫૫ તા. ૧ માહે મે સન ૧૮૯૯ આજ-રાજનો દિવસ આખા જગતમાં સાચકનો કહીએ તો આવે. આજનો દિવસ આ કાચરીમાં સુવર્ણના અક્ષરે આપણા માટે અને આપણી સંતતિ માટે લખાયો એમ કહેવા કંઈ હરકત નથી. પરમકૃપાળુ માતાશ્રી બહુચરાજીએ આપણને નિમિત્ત માત્ર ઉભા કરી આ સત્કૃત્ય દરબાર પાસે કરાવવામાં સાધનરૂપ રાખેલા છે. આજરાજ શ્રી માતાજીનાં ચોપડીયાં કાયમ કરવા સંબંધિ આનંદદાયક ઝાંઝર નામદાર મહારાણા થી જસવંતસિંહજી કે. સી. આઈ. ઇ. ની આરાધી દાવાન સાહેબ મેં રા. બા. એવરમાઈ નાથાભાઈએ કથોં તે નીચે પ્રમાણે.

મા. સુ. નંબર.  
૩૧૯

લીમડી જા. નોંધ.  
૪૩

આજમ મામલતદાર.

“સલામ દીગર ખેરાણુ કર્યાના થીમાળી વાડીમાં બહુચરાજી માતાજી છે. તેમને માટે ચોપડીયાં આપણી તરફથી ધર્મોલ્લ તરીકે ખેસાર્જી છે. તે બદલ તા. ૧-૨-૯૯ થી એક વર્ષના માટે રૂ. ૮૧) એકાદશી કલતારુ સદરુ માતાજીના મદિરનો વહીવટ કરનાર વણીલ ભોગીલાલ ત્રિકમલાલને હાલ આપવા અને હવે પછી દર સાલ સદરુ રકમ ખીજો હુકમ થતાં સુધી કે ચોપડીયાં જારી રહે ત્યાં સુધી સન ૧૯૦૦ ના ફેબ્રુઆરીની તા. ૧ અથવા પછી દરસાલ માટે આપ્યા કરી માંજીદ ધર્મોલ્લ ખાતે ઉધારવી. ચોપડીયાનું કામ બરાબર આવે છે તે જદવ ખેરાણુ વહીવટદારનું સરર્ટિફિકેટ રજુ કરેથી એ રકમ આપવી. દરેક વર્ષ તા. ૧ ફેબ્રુઆરી થી શરૂ મણવું.

કદી જમીન ખરીદી એ કામ માટે હવે પછી નીમવામાં આવશે તો ઉપરનું હુકમ રદ કરવામાં આવશે. તા. ૧-૫-૧૮૯૯.

(સહી) અંગ્રેજ હસ્ટે  
એવરલાઈ નારણલાઈ.

મુખ્ય કારભારી—લીમડી.

ચોપડીયાં કાયમ કરવાના સંબંધે રવાસત ખાતાના કારભારી રા. રા. વીસનજીભાઈ રાખવજી (હાલ કચ્છ જીલ્લા રાજ્યમાં યોગદાર સુપરીન્ટેન્ડન્ટ છે) તેમજે ખરા આત્મકરણથી શીખાળા

જે ખેરાણુમાં તે વખતે બાબાસાહી નાણું હોવાથી રૂ. ૮૧) કલતારના બાબાસાહી સો ઉપરના રૂ. ૧૦૮ અને રૂ. ૧૧૦ ની વચમાં થતા



ત્રિપુરાની ગ્રેમ પૂર્વક સેવા બળવી છે અને ઘણી મહેનત કરી છે. શ્રીબાલા તેમના મનો-  
ર્થ પૂર્ણ કરે. ઇત્યાદિ સુ. સ્ત્રીમણી.

પરમ કૃપાળુ દેવીના ઘણા ચમત્કારો અને જાણાયા છે જેમાંના ઘણા ખરા મેં શ્રી  
બાલા સ્તવન અને દેવી અદ્ભુત ચમત્કારની ચોપડીમાં લખ્યા છે. પરંતુ આ સ્થળે જે ચમ-  
ત્કાર મેં મારી નજરે જોયા છે તે લખવાને માફ મન આશ્ચર્ય છે.

મિતિ ચોથ સુદ ૪ વાર મંગળ સંવત ૧૯૫૬ તા. ૨૫ હીસેમ્બર સન ૧૯૦૦ ના  
રોજ મેં મહારી વિચારનોંધપોથીમાં પરમકૃપાળુ જગદંબાના અદ્ભુત ચમત્કાર એ મથાળાથી  
નીચે પ્રમાણે લખેલું છે.

“આજરોજની ગિનાએ મારા મન ઉપર ચમત્કારિક આનંદ અને અસર કરેલી  
છે. તેવું પુરેપુરું વર્ણન અને ચિતાર આપવાને હું અસમર્થ છું” હું નડિયાદમાં તા. ૨૬  
મીના દિવસે આવ્યા હતા. મંજુલાલ અને મહાદેવ પ્રસાદ તેના પહેલા દિવસે  
બધુ ઉર્ફે કાન્તા જ્ઞેન સાથે આવ્યા હતા. મંજુલાલ વસાઈનાં લાલ કેળાં લેતા આવ્યા હતા  
તેમાંથી બધુ જ્ઞેને દરરોજ એક એક કેળુ આસોદરમાં ખાધું હતું અને બીજા દિવસે બધાં  
નડિયાદ આવ્યાં હતાં. આરોદરથી લાવેલા દાણા કોડીયોમાં નાખવાની ગરજમાં બધાં  
રોક્ષાં હતાં તેવામાં હાથિકા ઉપર મુકેલાં એ કેળાંમાંથી બધુ જ્ઞેને કેળાં છોડી ખાધાં  
હતાં. અનાજ નાખી રહ્યા પત્રી જ્ઞેનને હાથિકા નીચે કેળાંનાં છોડીયાં પોરેલાં જેવામાં  
આવ્યાં ત્યારે અમે તેને પુછ્યું. ત્યારે તેણે જવાબ આપ્યો કે મેં એ કેળાં ખાધાં છે  
રવિવારે તેની તળીયત સારી હતી પરંતુ સોમવારે બપોર પછી તેને તાવ આવ્યો હતો  
તેથી સ્ત્રમજાં કે કેળાં ખાવાથી તેને પેટમાં બાર રહેશે હોયો જ્ઞેનએ, જેથી આજરોજ તેને  
જુલાબની ગોળીઓ આપવામાં આવી હતી. ત્યારંતુ ઉલટી થઈ તે દવા નીકળી ગઈ હતી  
જેથી એકજ દસ્ત તેને થયો હતો. બપોર પછી તેને વધારે તાવ ચઢવા માંડ્યો હતો, અને  
રાત્રીના આઠ વાગતાના અરસામાં તો તેના શરીરમાં હા જહારનો તાવ ચરાયો હતો. તેને  
ખાટલાથી પારણામાં સુવારતાં તેવું શરીર અને એટલું બધું ગરમ લાગ્યું કે તેને પુછ્યું  
તાવ ચડ્યો છે એવી મારી ખાત્રી થઈ હતી. તે પારણામાં અરધો કલાક સુતી નહિ  
હોય એટલામાં હું મેડા ઉપર તેની પાસે પચારી દરી સુવા માટેની તળાઈ લેવા માટે ગયો  
અને તેનાં માતૃશ્રી પાસે બેઠાં હતાં. પારણામાં સુતાં સુતાં તેને તાણુના આંચકા આવવા  
લાગ્યાથી તેના મુખમાંથી હીકવા (હિકકી) જેવો અવાજ નીકળવા લાગ્યો. તેનાં માતૃશ્રી  
સમજ્યાં કે તે ઉલટી કરવા માટે એમ કરે છે, અને તેથી પુછવા લાગ્યા, પરંતુ તેણે કંઈ  
પણ જવાબ આપ્યો નહિ. અને જુરે છે તો તેને તાણુ આવતી હતી જેથી તેમના હાથમાં  
મારી બીજ પત્રી પ્રતીજ્ઞા બંધન હતી તેને નીચે મુકી અને તેને લેવા માંડી અને ગમગમમાં  
જુમ પાડવાથી હું દોડતા નીચે ગયો અને તેમના હાથમાંથી તેને લઈ જોળામાં સુવારતાં  
તેવું મુખ વાંકું થઈ ગયું અને આંખ પણ ચરકાઈ ગઈ અને તાણુના આંચકા આવતા  
હતા. જે સ્થળે હું તેને લઈ બેઠો તે સ્થળ મારા ઓરણના ઉમરા આગળ હતું અને ઓર-  
ણની બીતમાં અઢી હાથ ઉંચે શ્રી જહુચરાજીની કુદડાની સ્વારી સાથેની એક નકસીદાર  
મૂર્તિ જર્મનના ગોખમાં સ્થાપન કરેલી છે. તેનાં માતૃશ્રી રોજ લાગ્યો, મારાં નેનમાં પણ  
અધુ આંખો ને તાત્કાલિક શો ઉપાય કરેલો એ ગમગમમાં સુચું નહિ. પણ મેં થોડું  
ધૈર્ય રાખ્યું ને તેમનાં માતૃશ્રીને ક્યું કે રોજો નહિ. છોદગીની રિયનિ અને બપોળેલી લાગી

મેં કરતુરીની શીશી પેડીમાંથી કદાવી માતાજીનું સ્મરણ કરી કહ્યું કે તેના જન્મ અવયવ તેં સ્વપ્ન આપેલું ક્યાં ગયું અને હું વિપરીત બનાવ કેમ જોઈ છું? આજુબ કરવું હતું તો તેનો જન્મ આપવા કારણ નહોતું. તેની સ્થિતિ મરણાવસ્થાની હોય આવી હોય તેવી જણાય છે. આવા વિકટ સમયે મારી ખરા અંતઃકરણની રત્નિ સાંભળી મારા આશ્ચર્યની વચ્ચે હું પશ્ચિમાભિમુખે બેઠો હતો ત્યાં મારી કાબી બાજુએ શ્રી માતાજી જાણે બેઠાં હોયની તેવો બાસ મને તથા મારાં પત્નીને કદિ સમીપ જણાવવા લાગ્યો. વખત એવો હતો કે અમે બન્ને ગભરાટમાં હતાં; પરંતુ શીશીમાંથી કરતુરી કાઢી તેનું પાણી કરી તેને પાતાં તાણુ આપતી બંધ થઈ. તેનું વાંકુ થયેલું મુખ પૂર્વ સ્થિતિમાં આવ્યું ને અમારા આનંદનો પાર રહ્યો નહ. અમને થયેલો બાસ ગમે તો ખરો હોય કે બચમાં અમને તેવો બાસ થયો હોય પરંતુ મારી રત્નિ પ્રમાણે પરમ કૃપાળુ જગદંબાએ પાંચ મિનટમાં જ તેને આરામ કર્યો હતો. અને ફરી તેવી તાણુ તેને આપી નહોતી અને થોડીવાર બોલાવા લાગી હતી. શુદ્ધિમાં આવ્યા પછી અમે શ્રી બદુચરાજી માતાના ગોખમાં ધીની દીવો કર્યો હતો. ”

ઈલાહિ. મુકામ નડીયાદ.

મારી વિચાર નોંધપોથીમાંથી એ નોંધ કાઢી લખતાં તે વખતનો દ્રબ વિતાર મારી દ્રષ્ટિ સમીપ ખરો થાય છે અને તે વખતે મેં જે બતાવ નજરે જોયો તેનું પૂરેપૂરું સ્મરણ થાય છે.

ઉપરના બનાવ પહેલાં માસુજ વર્ષમાં એ મહાન ક્ષતિએ મને જે વખત બુદ્ધા બુદ્ધા પ્રસંગે પરચા બતાવેલા તેથી ઉપરના બનાવની સત્યતા માટે મને જરા પણ શંકા નહોતી. જે બે બનાવોનું વર્ણન મેં ગીતાલાસતત્ત્વને દેવો અદ્ભુત ચમત્કારની ચોપડીમાં કર્યું છે તેજ આ સમયે મારી વિચારનોંધપોથીમાંથી દાખલ કરું છું.

૧. મિતિ માહાવદી ૪ સંવત ૧૯૫૨ તા. ૧૮ મી ફેબ્રુઆરી સન ૧૯૦૦.

“આજરોજ સવારના પાંચ વાગતાંના અરસામાં જે વખતે રાત્રિને સમય હતો એટલે પ્રાતઃકાળ થવા આવ્યો હતો પરંતુ આકાશમાં જ્યાંબંધ તારાઓ ઝળકી રહ્યા હતા. આજરોજ માણનાં ચોપડીયાંના વર્ષાસન માટે મારે લીમડી જવાનું હતું તે કારણથી મેં જાણસામ પૂર્ણરીતે તાકીદ કર્યાંથી તેણે રાત્રિના ત્રણ વાગતાંમાં ઉઠીને માતાજીની પૂજા વગેરેનું કામ કર્યું હતું જ્યાં મેં મારે ત્યાંથી ઠા. બાહુજ તથા રસોઈવા દલાશંકર નરસી. રામને ગાંસડી પોટલી વગેરે સાથે રોયનપર વિદાય કરી માતાજીની રજા લેવા માટે તેના દર-બારમાં ઘણા ઉત્સાહ સાથે હું ગયો હતો. મારી સાથે બીજી કેદ નહોતું. માણના દેવળમાં ગયા પછી જાણસામે માણ આગળ નેવેલ મુક્યું-હતું અને તેઓ જ્યારે શ્રી શંકરની આરતી વગેરે કરવા ગયા તે વખતે હું માતાજીના સાનિધ્ય એકલો ઉભો રહ્યો હતો. ચોપડીયાંવાળાએ ચોપડીયાં ચાર કર્યા હતાં અને ગ્રેમ પૂર્વેક “આરોગ્ય બદુચરાજી મારી માય બચા જામ તારા સુખીયા થાય મા” એ રીતેની યાગ ગાઇ હતી. તે વખતની એકાગ્રતા એટલી બધી ઉત્સાહ પૂર્વકની હતી કે રત્નિ કરતી વખતે શ્રી જાણાની મૂર્તિ મને અમતકારિક માણુમ પડવા લાગી હતી. ગોખ ઉપર કદિ ત્રિચિત્ર તેજ એકદમ જણાવા લાગ્યું હતું. અને એવી બચ તેજેમય મૂર્તિ જ્યારે મને જણાવા લાગી ત્યારે મારાં રોમાંગ ખડાં થયાં હતાં. મારી આંખોમાં પ્રેમાત્મ એકદમ આવી ગયાં હતાં. હું લખવામાં બેસ કરતો ન હોઈ તો આ વખતે માત્ર ચિત્ત દેખાણે જ હતું. મેં તેની બચ મૂર્તિ જોઈ એ વાત ખરી છે પરંતુ

તે મૂર્તિ હું દરરોજ દર્શન કરું છું તેજ હતી. પરંતુ તેમાં વિચિત્ર દેખાવ મને દ્રષ્ટિએ પડ્યો હતો. આવી મૂર્તિ તરફ લાગેલું ધ્યાન મારે ગાડીનો વખત ઉપડવાનો થવા આભ્યાથી છોડી જવું પડ્યું હતું અને તેના વિયોગ વખતે મારા મન ઉપર અતિશય અસર થઈ હતી. શ્રીમાતાજીની મૂર્તિનાં આનંદમય દર્શન મને પ્રાતઃકાળમાં થવાથી આખો દિવસ મને આ વિચાર આવ્યા હતા, અને પરમાનંદમાં આજનો દિવસ નિર્ગમન કર્યો હતો. આજરોજ જે-રાત્રીથી અમદાવાદ જઈ ત્યાંથી મેલમાં નડીયાદ ગયો હતો. મુ. નડીયાદ.

મિતિ મહાવદી ૧૩ મંગળવાર સંવત ૧૯૫૬ તા. ૨૭ મી ફેબ્રુઆરી સન ૧૯૦૦.

“આજરોજ શિવરાત્રિનો દિવસ હતો. હું રાતના દસ વાગ્યાની ટ્રેનમાં ખેરાલુ વડનગરથી શ્રી હાટકેશ્વરનાં દર્શન કરી આવ્યો હતો. ઘર આગળ સ્નાન કરી શ્રી મહાકાળેશ્વર મહાદેવનું (રૂપેણ નદીના કિનારા ઉપર ખેરાલુથી એક મધ્યલ છેટે એક ગીચ ઝાડીમાં હતો) મધ્ય રાત્રિનું મદા પૂજન કરવા એક બ્રાહ્મણ ને ઠા. બાહુને લઈને ગયો હતો ત્યાંથી પૂજન કરી રાતે લગભગ એક વાગતાં શ્રી જાદુચરાજી માતાના સ્થાનમાં આવી માણનાં દર્શન કર્યા હતાં. માણના દેવાલય જોડે શ્રી નમદેશ્વર મહાદેવનું દેવાલય છે ત્યાં શ્રી સંકરનું પૂજન કરી બાદ શ્રી બાળાની મૂર્તિનું પણ યથાવિધિ પૂજન કર્યું હતું પણ મેં જ્યારે માણની સાનિધ્ય ઉભા રહી એકાદ ધ્યાનથી માણના આનંદના ગરબાની શરૂઆત કરી હતી તે વખતે બાળારામ તેમના ઘેર કંઈ કામ માટે ગયા હતા. બાલજી પણ દૂર ખેડો હતો. જેથી એકાન્તમાં માણની સ્તુતિ કરવાની તક મળી હતી. આનંદનો ગરબો ઝડપથી બોલતાં માણના આનંદમય દિવ્ય સ્વરૂપ ઉપર તા. ૧૮-૨-૧૯૦૦ ના દિવસ માફક મને ફેરફાર માણુમ પડ્યો હતો. અને ગોખ ઉપર વિચિત્ર પ્રકાશવાળું તેજ જણાતું હતું. માફક હવે આ દેખાવ જોઈ એકદમ ભરાઈ જઈ ગરબો બોલતાં ગદગદ કંઈ થઈ ગયા હતા અને આખમાંથી પ્રેમાશુ વહેવા લાગ્યાં હતાં. પણ દીલગીરી માત્ર એટલી જ થઈ કે આના આનંદમય વખતમાં બાળારામ પૂજારી મારી પાસે આવી પહોંચ્યા હતા. મેં ધીમેથી મહારા નેત્રમાં આવેલા અણુ લોહી નાખ્યાં હતાં. આ વખતે આનંદનો ગરબો પણ પૂરું થઈ જવા આવ્યો હતો. માણનાં દર્શન છેવટનાં કરી રાત્રે ઘેર આવતાં કરી ધર્મશાળાના ઠાકર આગળ ઉભા રહી ફરી મેં મારાં વહાલાં માતાશ્રી જાદુચરાજીનાં દર્શન કર્યા હતાં અને છેવટે તેમનો વિયોગ સહન કરી આનંદના તરંગોમાં હું મારે ઘેર આવી સુઈ રહ્યો હતો. મુકામ ખેરાલુ.”

માણના તેજસ્વય સ્વરૂપનાં દર્શન મને પહેલ વહેલાં દસ અગીયાર વર્ષની વયમાં થએલાં જે વખતે હું તદન કાચી ઉમરનો હતો તે વખતની નોંધ પણ મારી પામે નથી. પરંતુ સંવત ૧૯૫૬ માં મારી ઉમર ૪૬ વર્ષની હતી અને સંવત ૧૯૫૭ માં ૪૭ વર્ષની હતી અને એ દેખાવ મેં સાવધગીરીમાં નગરોનગર જોયો છે. આવો અદ્ભુત લાભ ફરી મેળવવાને હું લાગ્યશાળી થયો નથી. ધરણ કે સંવત ૧૯૫૮ ની સાલમાં મારે ખેજલુધી મારા વડીલાતના ધંધા સંબંધે તીસનગર આવવું પડેલું તેથી તેના પ્રત્યક્ષ દર્શનનો મને વિયોગ થયો હતો.

મિતિ ગાગર સુ. ૧૦ પુષ્યવાર સંવત ૧૯૫૮ તા. ૧૦ મી માર્ચ સન ૧૯૦૨ આ તારીખની નિમ્નલેખિતમાંથી કશું જરૂર પડતો નથી મેં લીધો છે.

“ખેરાલુથી વીચનમર સુકામ લઈ જવાના મંગલમાં વિચાર ધાળું દિવસથી ધોળાયા કરે છે. ખેરાલુથી સુકામ વીચનમર જવામાં ખીછ દરકતમાં પરમકૃપાળુ માતાશ્રી બાળા ત્રિપુરાનાં નિત્ય દરવાનાં દર્શનનો લાભ જરો તેમજ તેનો વિયોગ યરો. વળી તેના પવિત્ર સ્થાનની દેખરેખ ન રહેથી પૂજન વગેરેની વ્યવસ્થા બગડશે. તથા શ્રી મહાકાળેશ્વર મહાદેવ માટે પણ એજ પ્રમાણે થવાનું એમ જાણી સ્વર્ગાતર ન થવા માટે આપણે આપણા વિચાર લખી રાખેલા છે તે સંજોગથી પણ આજ વિચાર કરવો જરૂરનો છે. સર્વ કાળ પામે રહેવાથી પ્રીતિ વધવાના બદલામાં વખતે કમી પણ ચાય છે. પરંતુ વિયોગથી પ્રીતિનું ખર્ચ સ્વરૂપ ધ્યાનમાં આવે છે. ગોપીઓનો શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્મા પ્રત્યેના પ્રેમ શાસ્ત્રમાં વખાણાયો તે પણ વિયોગ યથા પછીજ. આપણે આ દેહ નાશવંત છે તેથી પરમકૃપાળુ માતાશ્રીનો વિયોગ આપણને આખરે થવાનોજ એ નિશ્ચય છે અને ત્યારે પણ આપણા અંતઃકરણને વિયોગનું દુઃખ થવાનું અને યથા પછી આપણે આ સ્થૂળ દેહથી ફરી તેને જોઈ શકવાના નથી. તે કરતાં આ વિયોગથી તો ટરી-આપણે તેની કૃપા હરો ત્યાં સુધી આવી આવી તેનાં દર્શન અને સેવા કરી શકીશું. વળી આપણને તેનું સ્મરણ વારંવાર યરો.” હયાન્તિ સુ. ખેરાલુ. હું વીચનમર રહેવા માટે માગશ્વર સુદ ૧૪ સંવત ૧૯૫૯ તા. ૧૪ ફીસેમ્બર શન ૧૯૮૨ ના રોજ આવ્યો હતો અને તે પછી રજના દિવસોમાં અને અન્ય દિવસોમાં ખેરાલુ જઈ માતાજીના દર્શનનો લાભ લેતો. પૂજપાત્રી ધૂપદીપનૈવેદ્ય વગેરે માટે જોઈતી રકમ વીચનમરથી મોકલવામાં આવતી અને બાધાસમ પૂજારી માણતું યથા વિધિ પૂજન કરતો હતો.

માતાના પૂજારી બાળારામ મૂળથીજ એકધડીયા કોટાના હતા. અને ઉધરસ દમનો આજીવ ધણા વખતથી હતો તેથી અસક્ત થવાથી તેમણે માતાની પૂજા માટે ખીજને રાખતા ક્ષેત્ર જલ્દીની આમંત્ર દર્શાવી ગિતિ જેઠ સુદ ૨ સંવત ૧૯૭૧ તા. ૧૪-૬-૧૫ થી તેમને પગાર વગેરે સુકામી આપી તેમને રજ આપી હતી. અને માતાજીના પૂજન અર્ચન અટિ, ખીજ માણસને રાખ્યો હતો. બાળારામની માતા તરફ જે ભક્તિ અને જે ભાવ હતો તેને તેમની જગાએ રાખેલા માણસમાં નહોતો. હું મુદતગાંજ શોકોની ફરીવાર આવવા લાગી કે માતાનું પૂજન યતાયર થતું નથી. નંદાદીપ પણ કેટલીક વખતે રાંચો યદ્ય મજેશ્વરે જોવામાં આવે છે. નેવેલનું પકવાન અને દૂધ આગતી વખતસર મળતું નથી. હું વખતે વખત જતો ને તેને દુપકો આપતો પરંતુ ભાવ વગરની ભક્તિ હોતી નથી. લગ્ન પણ માતામાં નંદાસ નંદાદીપ સાથે ૩. ૧૦૦) ની રકમ ખર્ચાતી હતી છતાં માતાજીના પૂજનની વ્યવસ્થા મેલી નહિ, જેથી માતાની પૂજા સંજયે હવે શું કરવું તે માટે મને દુધ સુઝ પડતી નહિ ને મન મુગવા કરતું. ખીજ પૂજારીને બદલ્યો પરંતુ તેથી પણ લાભ થયો નહી. પૂજનની આવી અવ્યવસ્થા છતાં વધારે પગારની માગણી થવા લાગી. માતાજી સંજોગીના વિચારોમાં મન લીન થવાથી મને તેનાંજ સ્વપ્ન આવતાં હતાં ને પ્રેરણા થતી હતી કે મને ખીજ સ્વયં લઈ જા. હું ધણું સ્વયં જોઈ વળ્યો પણ ખીજ માતાનાં દેવાલોમાં દેવજની અધિષ્ઠાનિ દેવી હાર સન્મુખ બેસાડેલાં હોય છે. અને બાળુએ ખીજ દેવીને રહેવા જેવી સવર જોવામાં આવતી નથી. વળી ખીજ દેવીને ત્યાં જઈ આવ્યા વેત્રવ-વાળી માતાએ શયમને માટે પોતાના સ્વાંલય તિરાય રહેવું એ મને પણ રીક લાગ્યું.

તે મૂર્તિ હું દરરોજ દર્શન કરું છું તેજ હતી. પરંતુ તેમાં વિચિત્ર દેખાવ મને દ્રષ્ટિએ પડ્યો હતો. આવી મૂર્તિ તરફ લાગેલું ધ્યાન મારે માડીનો વખત ઉપડવાનો થવા આવ્યાથી છોડી જવું પડ્યું હતું અને તેના વિયોગ વખતે મારા મન ઉપર અતિશય અસર થઈ હતી. શ્રીમાતાજીની મૂર્તિના આનંદમય દર્શન મને પ્રાતઃકાળમાં થવાથી આખો દિવસ મને આ રિચાર આવ્યા હતા, અને પરમાનંદમાં આનંદનો દિવસ નિર્ગમન કરી હતો. આજરોજ ખે-ગણથી અમનવાદ જઈ ત્યાંથી મેલમાં નડીયાદ ગયો હતો. સુ. નડીયાદ.

મિતિ મહાવદી ૧૩ મગળવાર સંવત ૧૯૫૬ તા. ૨૭ મી દેસુવારી સન ૧૯૦૦.

“આજરોજ શિવરાત્રિનો દિવસ હતો. હું સતના દસ વાગ્યાની ટ્રેનમાં ખેરાલુ વડનગરથી શ્રી હાટકેશ્વરનાં દર્શન કરી આવ્યો હતો. ઘર આગળ રનાન કરી શ્રી મહાકાળેશ્વર મહાદેવનું (રૂપેણ નદીના કિનારા ઉપર ખેરાલુથી એક મહલ છેટે એક ગીચ ઝાડોમાં હતા) મધ્ય સ્થિતું મહા પૂજન કરવા એક આલિષ્ઠ્ય તે ઠા. માણુને લખતે ગયો હતો ત્યાંથી પૂજન કરી સતે લગભગ એક વાગતાં શ્રી જાડુચરાજી માતાના સ્થાનમાં આવી માણનાં દર્શન કર્યા હતાં. માણના દેવાલય બેડે શ્રી નમદેશ્વર મહાદેવનું દેનાલય છે ત્યાં શ્રી સંકરનું પૂજન કરી બાદ શ્રી બાળાની મૂર્તિનું પણ ચઢાવિધિ પૂજન કર્યું હતું પણ મેં જ્યારે માણની સાનિધ્ય ઉભા રહી એકાગ્ર ધ્યાનથી માણના આનંદના ગરમાની શરૂઆત કરી હતી તે વખતે બાળાગ્રામ તેમના ઘેર કંઈ કામ માટે ગયા હતા. બાલજી પણ દૂર બેઠો હતો. જેથી એકાન્તમાં માણની સ્તુતિ કરવાની તક મળી હતી. આનંદનો ગરમો ઝડપથી બોલતાં માણના આનંદમય દિવ્ય સ્વરૂપ ઉપર તા. ૧૮-૨-૧૯૦૦ ના દિવસ માફક મને ફેરફાર માણુમ પડ્યો હતો. અને ગોખ ઉપર વિચિત્ર પ્રકાશવાણું તેજ જણાતું હતું. મારે હૃદય આ દેખાવ જોઈ એકદમ ભરાઈ જઈ ગરમો બોલતાં ગદગદ કંઈ થઈ ગયા હતા અને આખમાંથી પ્રેમાશ્રુ વહેવા લાગ્યાં હતાં. પણ દીલગીરી માત્ર એટલી જ થઈ કે આના આનંદમય વખતમાં બાળાગ્રામ પૂજારી મારી પાસે આવી પહોંચ્યા હતા. મેં ધીમેથી મહારાજ તેમનાં આવેલા અનુ લોહી નાખ્યાં હતાં. આ વખતે આનંદનો ગરમો પણ પૂરું થઈ જતા આવ્યો હતો. માણનાં દર્શન છેવટનાં કરી રાત્રે ઘેર આવતાં કરી ધર્મશાળાના દ્વાર આગળ ઉભા રહી ફરી મેં મારાં વહાલાં માતાશ્રી જાડુચરાજીનાં દર્શન કર્યા હતાં અને છેવટે તેમનો વિયોગ સહન કરી આનંદના તરંગમાં હું મારે ઘેર આવી સુઈ રહ્યો હતો. સુકામ ખેરાલુ.”

માણના તેજમય સ્વરૂપનાં દર્શન મને પહેલ વહેલાં દસ અગીયાર વર્ષની વયમાં થએલાં જ વખતે હું તદ્દન કાચી ઉમરનો હતો ને તે વખતની નોંધ પણ મારી પાસે નથી. પરંતુ સંવત ૧૯૫૧ માં મારી ઉંમર ૪૬ વર્ષની હતી અને સંવત ૧૯૫૭ માં ૪૭ વર્ષની હતી અને એ દેખાય મેં સાવધગીરીમાં નજરોનજર જોયો છે. આવો અમૂલ્ય લાભ ફરી મેળવવાને હું લાગ્યલાળા થયો નથી. કાંચુ કે સંવત ૧૯૫૯ ની સાલમાં મારે ખેગણથી મારા વધીલાતના ધધા સજીવે વીસનગર આવ્યું પહેલુ તેથી તેના પ્રત્યક્ષ દર્શનને મને વિયોગ થયો હતો.

મિતિ આગષ્ટ સુ. ૧૦ છુધતાર સંવત ૧૯૫૮ તા. ૧૦ મી મિગેશ્વર સન ૧૯૦૨  
આ તારીખની નિત્યનોંધમાંથી ક્રમાં ૪૩૨ પ્રતો કનાગે મે લીધી છે.

“ખેરાલુથી વીંછનગર સુકામ લઘ જવાના સંગમમાં વિચાર ધર્મ દિવસથી યોગાયા છે છે. ખેરાલુથી સુકામ વીંછનગર જવામાં ખીજી દરકતમાં પરમકૃપાળુ માતાશ્રી ખાજા ત્રિપુરાનાં નિત્ય કરવાનાં દર્શનનો લાભ જશે તેમજ તેનો વિયોગ થશે. વળી તેના પવિત્ર સ્થાનની દેખરેખ ન રહેથી પૂજન વગેરેની બ્યવસ્થા બગડશે. તજ્ઞા શ્રી મહાકાલેશ્વર મહાદેવ માટે પણ એજ પ્રમાણે ચલાવું એજ જાણી રચનાંતર ન થવા માટે આપણે આપણા વિચાર લખી રાખેલા છે તે સંજ્ઞાથી પણ આજ વિચાર કરવો જરૂરનો છે. સર્વ કાળ પાસે રહેવાથી પ્રીતિ વધવાના ખંડેલામાં વખતે કમી પણ ચાપ છે. પરંતુ વિયોગથી પ્રીતિનું ખરૂં સ્વરૂપ ધ્યાનમાં આવે છે. ગોપીઓનો શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્મા પ્રત્યેનો પ્રેમ શાસ્ત્રમાં વખાણ્યો તે પણ વિયોગ થયા પછીજ આપણે આ દેહ નાશવંત છે તેથી પરમકૃપાળુ માતાશ્રીનો વિયોગ આપણને આપરે થવાનોજ એ નિશ્ચય છે અને ત્યારે પણ આપણા અંતઃકરણને વિયોગનું દુઃખ થવાનું અને થયા પછી આપણે આ સ્થૂળ દેહથી દૂરી તેને જોઈ શકવાના નથી. તે કરતાં આ વિયોગથી તો ડૂરી આપણે તેની કૃપા હશે ત્યાં સુધી આહી આવી તેનાં દર્શન અને સેવા કરી શકીયું. વળી આપણને તેનું સમરણ વારંવાર થશે.” ઇત્યાદિ મુ. ખેરાલુ. હું વીંછનગર રહેના માટે માગશર સુદ ૧૪ સંવત ૧૯૫૯ ત. ૧૪ સિસેમ્બર શન ૧૯૮૨ ના રોજ આવ્યો હતો અને તે પછી રમના દિવસોમાં અને અન્ય દિવસોમાં ખેરાલુ જઈ માતાજીના દર્શનનો લાભ લેતો. પૂજપાત્રી ધ્વજાપનેવેદ વગેરે માટે જોઈતી રકમ વીંછનગરથી મોકલવામાં આવતી અને ખાસારામ પૂજારી માણતું યથા વિધિ પૂજન કરતો હતો.

માતાના પૂજારી જાળારામ મળથીજ એકપડીયા કોઠાના હતા. અને ઉધરસ દમનો આનુર ધણુ વખતથી હતો તેથી અચકા થવાથી તેમજે માતાની પૂજા માટે ખીજને સંખેલા કુંડા જણાવી આમહ કપાંથી ગિતિ જેઠ સુદ ૨ સંવત ૧૯૭૧ તા. ૧૪-૬-૧૫ થી તેમનો પગાર વગેરે સુકારી આપી તેમને રજા આપી હતી. અને માતાજીના પૂજન અર્ચન માટે ખીજ માણસને રાખ્યો હતો. જાળારામની માતા તરફ જે ભક્તિ અને જે ભાવ હતો તેવો તેમની જગાએ સંખેલા માણસમાં નહોતો. હુંક સુદતર્માજ લોકોની દૂરીયાદો આવવા લાગી કે માતાનું પૂજન બરાબર ચલું નથી. નંદાદીપ પણ કેટલીક વખતે રાંજો. મધ મએક્ષો જોવામાં આવે છે. નેવેલતું પકવાન અને ફધ આરતી વખતસર મળતું નથી. હું વખતે વખત જતો ને તેને ટપકો આપતો પરંતુ ભાવ વગરની ભક્તિ હોતી નથી. લગ-બગ માતામાં દરસાવ નંદાદીપ સાથે રૂ. ૧૦૦) ની રકમ ખર્ચાતી હતી છતાં માતાજીના પૂજનની બ્યવસ્થા રહેતી નહિ, જેથી માતાની પૂજા સંજમે હવે શું કરવું તે માટે મને મધ મૂક પછી નહિ ને મન મુજાયા કરવું. ખીજ પૂજારીને બદલ્યો પરંતુ તેથી પણ લાભ થયો નહી. પૂજનની આવી અબ્યવસ્થા છતાં વધારે પગારની માગણી થવા લાગી. માતાજી સંજ્ઞાના વિચારોમાં મન લીન થવાથી મને તેનાજ સ્વપ્ન આવતાં હતાં ને પ્રેરણા થતી હતી કે મને ખીજ સ્વપ્ને લઈ જા. હું, ધણું રચણ જોઈ વળ્યો પણ ખીજ માતાનાં દેવાલયોમાં દેવળની અધિષ્ઠાત્રિ દેવી દાર કન્યુખ જેસાડેલાં હોય છે. અને જાણુએ ખીજ દેવીને સેવા જેવી સવડ જોવામાં આવતી નથી. વળી ખીજ દેવીને ત્યાં જઈ આવા વેમવ-વાળા માતાએ કાપમને માટે ચોંતાના દેવાંલય સિવાય રહેવું એ મને પશુ હીક લાગ્યું.

નહિ ને પ્રથમ કરી હું યાચ્યો. એક રાત્રિએ હું આનંદનો ગરબો કરી વિચાર કરતો હતો કે હવે માતાજીને મારે ક્યાં પધારવાં (મેં માતાજીની ચર પ્રતિષ્ઠા કરેલી તેથી ફરવવા હરકત નહોતી) હું નિંદ્રામાં સ્વપ્નમાં છતાં આનંદના ગરબાની ટુંક હું ખોસવા લાગ્યો. "રાજનગર નિજધામ પુરનવીન મધ્યે મા, આધ આધ વિશ્રામ જળુ જગત બાધે મા." શ્રી માતાજીનું આધ વિશ્રામનું સ્થાન નવાપુરા છે અને તે પોતાના પ્રિય પુત્ર વલ્લભ ભંદ-જીને ત્યાં તેના ભક્તિભાવને વશ થઈ ખીરાજોલી છે. તે સ્થળે પોતાને લઈ જવા માટેજ આ ચરણ મને ધણા દિવસે યાદ લાવે છે આવો વિચાર કરું છું એવામાં મારી નિદ્રા જતી રહી. હું જાગી ઉઠ્યો. વલ્લભ ભંદનું નવાપુરાનું જલુચરાજીનું સ્થાન ક્યાં આવ્યું છે, તેમના વંશજ છે કે નહી, વગેરે બાબત તપાસ કરવા માઈ મન ખેંચાયું. પ્રસંગોપાત મારે અમદાવાદ ડો. મહાદેવપ્રસાદ પામે જવું થયું તે વખતે ત્યાં પુછાપુછથી હું આરોડીયા દરવાજે નવાપુરામાં આવેલું શ્રી જલુચરાજીનું સ્થાન જોવા ગયો ત્યાં તપાસ કરતાં વલ્લભ ભંદના વંશજને પ્રશ્ન કરતા નહોતા. પૂનરી તો ખીજાજી શ્રીયુત ભંદજીના વંશના ચોથા પુરુષ હતા. માતાજીના ગોખમાં મારાં માતાજીની મૂર્તિ તે મૂર્તિ સાથે રહેવા જોઈલી જગ્યા નહોતી તે જોઈ હું નારાજ થયો. વળી તે સ્થળે પણ માતાજીના પૂજનની વ્યવસ્થા ખેરાલુમાં પૂનરી બાલારામ રાખતા હતા તેવી નહોતી. હું ત્યાંથી પાછો ફર્યો અને તપાસ કરતાં મને કીલુમ પથ્થું કે વલ્લભ ભંદના વંશજમાં સાતમી પેઢીના માણસો છે અને તેમનું શ્રી જલુચરાજી માતાનું મંદિર માણેકચોકમાં છે તેથી હું તે મંદિરે પ્રાતઃકાળમાં ગયો. ત્યાં એક વૃદ્ધ પુરુષ બેઠા હતા. મેં તેમને પુછ્યું કે આ શ્રી જલુચરાજીનું મંદિર કોનું છે? તેમણે કહ્યું કે અમારું છે. મેં પુછ્યું તમે શી નાતના છો? તેમણે કહ્યું ભટ્ટ મેવાડા છીએ. મેં કહ્યું વલ્લભ ભંદના વંશમાં હવે કોઈ છે? તેમણે કહ્યું કે અમે છીએ. એટલામાં એ મંદિરના મેડા ઉપરથી તેમનો પુત્ર હિતયાં મેં જાને જણાતાં નામ પુછ્યાં. પેલા વૃદ્ધ પુરુષનું નામ લક્ષ્મીભાઈ હતું અને ખીજનું નામ અબાલાલ હતું. મને પુછ્યું તમે કોણ છો? અને આટલો તપાસ કરવાનું કારણ શું? મેં મારી તમામ હકીકત તેમના આગળ નિવેદન કરી. શ્રીયુત જાજીલાલ ખોલી ઉઠ્યા કે શ્રી જલુચરાજી માતાના પરમભક્ત સદગત મીત્રી નારણજીભાઈ તથા શમોદરભાઈ વગેરે પાસેથી થી ખેરાલુનાં શ્રી જલુચરાજી માતા સંબંધીના તમામ ઇતિહાસ મેં સાંભળ્યો છે તેમજ તમારું શ્રી જાલક સત્તવન અને દૈવી અદ્ભુત ચમત્કારનું પુસ્તક પણ વાંચ્યું છે ને તે સમ્બંધી મને પૂર્ણ માહિતી છે. માતાજીની જ્યારે અને પધારવાની ઇચ્છા છે ત્યારે આ ગોખમાં અમે તેમને પધારીશું. અગર આપની ઇચ્છા હશે તો નવાપુરામાં હું એક નાનું દેવાલય ધર્મશાળાને મારે રહેવા માટે જાગેલી બંધાવું છું ત્યાં તેમને પધારવીશ. મેં તેમને કહ્યું કે જ્યારે એ માતાજી આપણે ત્યાં આવશે ત્યારે તમારે ત્યાં તેના સ્થાનમાં રહેશે એમ મને લાગતું નથી. તેમ જે રકમ ખર્ચ કરવા ધારી છે તેનો હિસાબ રહેશે નહીં અને તેની સેવા કરવામાં મારી પેટે અનેક અંદોની કસોડીમાંથી તમારે પસાર થવું પડશે. તેમણે કહ્યું કે મારે અગ્ર બાવથી મેલા દરવાજી છે તેથી જે સંદેશ આવશે તે સદન કરવા તૈયાર છું ને હું માતાજીને નવાપુરામાં તેના પ્રિય પુત્રનું વિશ્રામસ્થાન છે તેમાંજ દેવાલય કરાવું છું ત્યાં ખેસારીય. આ પ્રમાણે તેમણે કહેવાથી મેં કહ્યું કે હું પણ મારી યથારક્તિ દસલા રૂ. ૫૦ ની રકમ શ્રી માતાજીના પૂજન અર્ચન નિગિતે આપ્યા જઈશ તે સાંભળી તેઓ પણ ખુશી થયા, ને હું મારા માને આવ્યો હતો. સુશમ અમદાવાદ.

દાગણ સુદ ૯ શુક્રવાર સંવત ૧૯૭૩ તા. ૨ માહે માચ સન ૧૯૧૭.

આજની નિત્યનેધિ પણ હમેશની ચાલુરી માટે ઉપયોગની છે તે જોકે લખાણથી લખાઈ છે તે પણ તેગાનો પણો જાગ આં રથએ દાખલ કરવા યોગ્ય લાગ્યાથી દાખલ કર્યો છે.

ખેરાલુમાંથી શ્રી બહુચરાજી માતાજીની ચર્તિને અમદાવાદ લઈ જવા માટે ખેરાલુ ક્યારે જવું અને જમણું તે વખતે શી શી અડચણો આવશે તે સળધે આપણે વિચાર કરી ચુક્યા છીએ. અમદાવાદમાં આપણે થીયુત અંજાલાલભાઈને મળ્યા અને તેમણે નવાપુરામાં બધાંતુ શ્રી બહુચરાજીનું દેવાલય બતાવ્યું તથા માણેકચોટમાં તેમનાં શ્રી બહુચરાજીના દેવાલયમાં પૂજન અર્ચન વગેરેનો ફાલ જોયો. સારથી માતાજીને નિવાસ કરવા માટે એજ સ્થાન લાયક છે એમ મારા મનની ખાતી થઈ હતી. તેથી તે સંબંધીના વિચારો મનમાં અહો રાત ધોળાયા કરતા હતા. માતાજીને કેવી રીતે લાવવા, તેમાં શ્રીમાળી બ્રાહ્મણો વિના કારણ આપા ઉતરી વધો જતાવે તો શું કરવું, વગેરે વાતો મારા મનમાં ધોળાયા કરતી હતી.

ખોડાણો બંધત શ્રી રણછોડજી મહારાજને દારકાંમાંથી ડોકોર લઈ આવ્યો હતો. આપણે પણ શ્રી બહુચરાજીને ખેરાલુથી અમદાવાદ લઈ જવાનાં છે. ફરક માત્ર એટલોજ છે કે ખોડાણો શ્રી રણછોડજીનાયજીની ચર્તિને દારકાંમાંથી ઉઠાવી લાવ્યો તે ઉપર શુભકી શોધોની માસફી હતી. શ્રી બહુચરાજી માતાનું સંવત ૧૯૫૩ થી સ્થાપન કર્યું ત્યારથી તમામ પ્રકારની દેખરેખ અને કબજે આપણો છે. એટલુંજ નહિ પણ ખર્ચ ખુરજ તથા પગાર વગેરે અમેથીજ ચાપાય છે. તે શોધો તરફનું જીલકુલ ઉત્ખન નથી, અને આજ સુધી તેમણે કંઈ આપ્યું પણ નથી અને તે શોધોને ગામના જીન શોધો “જોગીશોલનાં શ્રી બહુચરાજી માતા” એ નામથી જોળખે છે. ગઈ કાલ રાતે એનો વિચાર થયો કે આવતી કાલ શુક્રવારે ખેરાલુ જવું તેથી પર્યાંમ કાઢી આજનો દિવસ કલે છે તે જોયું. આજે દાગણ સુદ ૯ ને શુક્રવારનો દિવસ છે નામ ધડી ૨૨ પક્ષ ૫૧ છે. ચંદ્ર નક્ષત્ર ધટી ૨૨ ૪૬ પક્ષ છે. પ્રીતિયોગ ૨૮-૩૪ છે કૌલવ કર્ણ ધટી ૨૩ પળ ૧૧ છે ચંદ્રમા મિથુનનો આજો દિવસ છે એટલે ચંદ્રમાનુ ધર પશ્ચિમ દિશાએ છે. ખેરાલુથી વિસતનગર આવતાં ચંદ્રમાં જમણા હાથે રહે છે. “એટલે દક્ષીણે સુખ સંપદા” અને માતાજીને લખને નીકળતાં સન્મુખ ચંદ્રમા આવે. જોરખના અત પ્રમાણે આજના દિવસનું પ્રયાણથી ભાગ્ય હવે, મિત્ર મીલે, સાધન દીરે એજ લખેલું છે, એટલે બધી રીતે આજનો દિવસ સારો છે એમ લાગ્યું હતું. મહેતાજી બીખાસાગ નારાયણને પુણી તેમણે પણ આજ સુદન સાર છે એમ કહ્યું હતું. તેથી ગઈ કાલ રાતે ખાજા વિચારો ધોળાયા લાગ્યા કારણ રાત્રિવારે મહાવતુ કોમ હોવાથી હાજર રહેવું પડે ને ખેરાલુથી સવારમાં ગાડી આવતી નથી સાંજે આવને તેવીમ ગિનિટનો રાકમ છે એટલે આજ તુરત ખાજું ફરવું પડેશે. પૂજારી કે કુટુંબી નહિ મલે તો ફેરો પડશે. પ્રથમ ખજાર આપી નથી તેથી સંવિવારે જવા માટે વિચાર થયો. ગગરે બુધવારે ખેરાલુ જઈ શુક્રવારે માતાજીને લઈ અમદાવાદ જવાનો વિચાર થયો પરંતુ શુક્રવારે જાણી છે. રાતે માંડી ગાડી પહોંચે અને હોળીના તહેવારની ગરમડામાં શી રીતે લઈ જવાશે? અને તે દિવસે માંજે માતાજી અપૂન્ય અને આરતી વગેરે થયા વિના રહેશે તેથી આવતા કાલ એટલે આજે ખેરાલુ જવાનો વિચાર નહી થયો હતો. આજે પ્રતાપજીમાં



પહેલા ઉઠી માતાજી સ્તુતી કરી હતી ને નિર્વિઘ્ને અમદાવાદ પધારવા વારંવાર વિનંતી કરી હતી. પછી વિચાર આવ્યો કે માતાજીની મૂર્તિ અને અંદરની આંગી લાવીશું ત્યારે ગોખ ખાલી રહેશે ને પૂજા શાની થશે? માટે આંગી મહે તો સાર. બાંડીયા પોળ બેડેના મહે-લામાં શ્રી બહુચરાજી માતાનું મંદિર છે ત્યાં જઈ તપાસ કર્યો પણ મળી શકી નહિ તેથી શ્રી બહુચરાજી માતાની મૂર્તિનો ફોટો ખુનેથી ચિત્રાઈ આવ્યો હતો તે ગોખમાં મુકવા નક્કી કર્યું. અને સવાઅગીઆર વાગતાં હું તથા સુનીલાલ અમીચંદ ખેરાલુ જવા નીકળ્યા હતા. ટ્રેન મોડી હોવાથી ખેરાલુમાં ખચોરે ઠોઠ વાગતાં પહોંચ્યા હતા. જનીવાડામાંથી નીકળતા નિશાળીયાના શુકન રસ્તામાં બે ત્રણ જગોએ થયા તેથી મનમાં ખાત્રી થઈ કે કાર્ય જરૂર થશેજ, અમે ખેરાલુમાં પહોંચ્યા અને મહાજનીયા કુવા પાસે ગયા એટલામાં જમણા હાથ તરફ રાયડો (ગધેડો) 'ભુ'કવા લાગ્યો એટલે ગામમાં પેસતાં પણ ઉત્તમ શુકન જણાયા તેથી કાર્ય વગર વિલંબે થશે એવી ખાત્રી થઈ. અમે સીધા ત્રિવેદી પુંછરામ ગણપતરામને ઘેર ગયા તે અમને બબ્બા. પૂજારી મણિલાલ નર્મદાશંકરનો તપાસ કરતાં તે પાઠશુ જીને ગમેલો જણાવ્યો. ત્યાંથી અમે ઉદિઓના મહોલામાં ગયા ત્યાં અમને ખખર મળી કે માતાજીના મંદિરની કુંચી શુકલ કાળીદાસ મનસુખરામને ત્યાં મણિલાલે આપી છે, ને પૂજ કરવાની સુખત પણ તેનેજ દેરલી છે તેથી કાળીદાસને ત્યાં ગયા. ત્યાંથી અમને તાળાની કુંચી મળી તે લઈ અમે શ્રી બહુચરાજીમાં ગયા ત્યાં ગોખમાં ખીરાજતાં શ્રી માતાજી બહુચરાજીની મૂર્તિ તથા તેમનું વસ્ત્ર તથા હત્ર બે જમૈનની દીરીઓ આતાજીના ગોખમાં સામે જરમનની પ્લેટ ઉપરની માતાજીની છબી અને આશુખાજીની ચાંદીની વેલવાળી આંગી, તથા ગોખની બે જાણુએ જડેલું જરમન કામ આગલી કમાન સાથે એક દક્ષિણાવર્ત શંખ અને માછનો મુંકટ એવી તે વસ્તુઓ લીધી અને તે કુંકમાં અને પોટકીમાં ગાળી એટલામાં માતાજીનો હાલનો પૂજારી આવ્યો તેને બધી ચીજો લીધા ની ખખર દહી. અને મંદિર ઉઘાડી જતાં બહુ માતાજીનો ફોટો ગોખમાં પૂજ કરવા માટે મુકી મંદિરની કુંચી પૂજારીને સોંપી સ્ટેશનપર આવ્યાને લગેજ દરાંબું. તેમાં રૂ. ૧-૪-૦ મેળાની દીકીટ સાથે થયાં બંગાળી શેર ૨૦) થયું હતું. લગેજનું પાસ અને દીકીટ અમદાવાદની સુનીલાલને આપી તેને અમદાવાદ જવા હતું અને હું સાથે સીરાનગર સુધી ગાડીમાં હતો. એ રીતે માતાજી ખેરાલુથી અમદાવાદ મોકલતાં દ્રષ્ટીકત બની હતી. શ્રી માતાજીની મૂર્તિને બદ અંજાવાવ લવુખાઇને માણેકચોકમાં વસ્ત્રમ બદના શ્રી બહુચરાજીના મંદિરમાં સામાન-સાથે સોંપી દેવા સુનીલાલને હતું હતું. તથા અંજાલાલ ઉપર પણ એક પત્ર લખ્યો હતો. ડૉ. મહાદેવપ્રસાદને જે પત્ર લખ્યો હતો કે આવતાં કાલ રાત્રિ-વારે તમે તથા તમારાં પત્નીએ માતાજીનું પૂજન અર્ચન કરી સવારમાં નવ વાગતાં જરસામાં માતાજીને માણેકચોકમાં શ્રી બહુચરાજીના મંદિરમાં પધરાવવા. કેમકે આજ ખેરાલુ માં પૂજન થયું છે ને આવતી કાલ અમદાવાદ પૂજન થશે. અંજાલાલખાઇને પણ આવતી કાલ પોસ્ટપચારથી માછનું પૂજન કરવા માટે લખ્યું હતું.

આજરોજ જે વિચારો કર્યા અને દીવગીરોના ઉપરાડપરી આવ્યા કરે છે તે લખી ગળ્યા મિત્રાવ શાન્ત થશે એમ લાગતું નથી. જે મંજેગેમાં શ્રી બહુચરાજીની મૂર્તિ થઈ હતી કિંવા જે સંયોગેમાં આસોદરમાં મજુમમાં (પેડીમાં) મુકવામાં આવેલી પડી રહી તેને કાંઈ મંદિરમાં મુકવા માટે જે પ્રવૃત્તિ કર્યાં હતાં તેમાં કેવાં વિદા આવ્યાં હતાં,

હેવટે ખેરાલુમાં માતાજી કેવી રીતે પધાર્યા હતાં તે વખતની મંદિરની સ્થિતિ કેવી હતી 'પારબ્રહ્માંથીજ તેમના કેવા ચમત્કારો જણાયા હતા તે પણ તેનીજ સ્મરના કે પ્રેરણાથી લીધેલી દરઆરે લાંબી શુન્ત સુધી એટલે પોતાના મર્ણુ પર્વત કેવી રીતે સેવા બજાવી હતી પણ મારે કેવા સંયોગોમાં વીરાનગર આવવું પડ્યું અને અને વીરાનગરમાં માતાજીની પૂજા કૃપા છતાં મત મહા વદી ૨ તા. ૨૬-૨-૮ ના રોજ તેના પરમભક્ત અને મારા પુત્ર ડો. મંજુલાલના મરણથી મારા ઉપર કેવું મહાન સંકટ આવી પડ્યું જેથી માતાજીની ભક્તિ તરફ કેટલીક ન્યૂનતા આવી છતાં પણ કુપુત્રો જાણેત વચ્ચિદ્વિમાતા કુમાતા નમવતિ. ॥ પુત્ર કુપુત્ર થાય પણ માતા કુમાતા થતી નથી એ કહેવતાનુસાર માજીએ મારા ઉપર ના પ્રેમમાં જરાપણ ધટાડો કર્યાનું મને જણાયું નથી. તેવું પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ મારા ચીન્ ડો. મહાદેવપ્રસાદના લગ્ન પ્રસંગે આવેલાં અનેક મહાન વિધિને દૂર કરવામાં મેં અનુભવ્યું છે. આજે તેમને અમદાવાદ લઈ જવા માટે ગયા ત્યારે મનનાં કેટલાં વિચારો આવતા હતા પરંતુ શ્રી વયમભક્તો આનંદના ગરબામાં હતું છે કે-

"મધ્ય મથુરાથી જાળ જોડુળતો પહોંચ્યો મા, તે નાળી મોહનજી પીતું કોઈ નહોતું મા. એટલે ન્યાંધુજી અમદાવાદમાં પોતાના પ્રિય પુત્ર વક્ષમ ભટના કુળના સક્ષમ મુરખ બાવી ભક્ત અંબાલાલના તેના માટે તૈયાર થતા શુશોભિત દેસલયમાં પધારવાની છે ત્યાં તેને કાણુ અટકાવી શકે તેમ છે.

હે મહામાયા તમે સંવત ૧૯૫૩ ના આસો સુદી ૧૩ શુક્રવાર તા. ૮-૧૦-૫ ના રોજ ખેરાલુમાં શ્રીમાળીવાડીમાં તમારી પ્રતિષ્ઠા થઈ હતી જેને આજે વીસવર્ષમાં માત્ર ચારજ દિવસ બાકી રહ્યા છે એટલી લાંબી શુન્ત સુધી ખેરાલુ રહ્યા પણ તમારી ધ્વજ અત્રેથી અમદાવાદ પધારવાની થવાથીજ ખેરાલુના શ્રીમાળી આશ્રણી સુદ્ધિમાં ફેર થવાથી તારા ઉપરનો ભાવ ઓછો થયો હશે. ક્યાં તાત્ત પૂજારી બાલારામનું મરણ અને ક્યાં તારી પૂજની અપવરથા! એ જો ન થયું હોત તો તું જ્યાંની ત્યાં જ પીરાજતી હોત. કારણુ એક સ્થળ ઉપર રહેવાથી અને અઠ્યણુ ને દરરોજ આવ્યા સિવાય આ વિશ્વમાં જાગળ વધાવુંજ નથી. તમારે પણ ખેરાલુ ગામ જેવા કુમારનો ત્યાગ કરી અમદાવાદ જેના મહાન ભગ્ન શહેર કે જ્યાં સંખ્યાબંધ માણસો તમારા દર્શનનો લાભ લે તે હેતુથી આ બતાવ બન્યો છે. વળી તમારી પ્રતિષ્ઠા દિવસે શુક્રવાર હતોને આજે પણ શુક્રવાર જ છે.

ખેરાલુથી માતાજીની મૂર્તિ ઉપાડનાં મને શોભ થઈ દીસગીરી થઈ હતી પણ તેની સાથે ઉપર પ્રમાણે માતાજી શ્રી બહુચરાજીની મૂર્તિ ક્યાં મંજોગામાં તૈયાર થઈ અને ખેરાલુમાં તેની પ્રતિષ્ઠા કરવામાં આવી છે અને હેવટે અમદાવાદ ક્યાં કારણથી આવી તેનું યથાર્થિત વર્ણન મેં ઉપર કરેલું છે. હવે પણ એ મૂર્તિ ક્યાં પીરાજવાની છે અને તેને માટે શા શી તૈયારીઓ થાય છે તેનું હુંકમાં મેં વિવેચન કરેલું છે.

સપ્રેત કાળમાં આપણા દેશમાં સુંકારનો પવન જોસથી વાવા લાગ્યો છે, મૂર્તિપૂજ વેદવિદ્ધ છે અથવા સશસ્ત્ર નથી એવા મત પ્રચ્છ પ્રસિદ્ધ થયા છે ને થાળ છે. છતાં એક ધાતુમય મૂર્તિ માટે આ લેખ લખવાની શી જરૂર હતી એની પણ સંદેહ કેટલાકને થયા નિના રહેશે નહિ પરંતુ વાંગદર્શને મારી નાખ નિર્મલ છે કે મહાદેવની શક્તિથી ચમત્કારથી થી નસિદ્ધ પ્રત્યુ સિદ્ધ થતા.

શ્રી શંકર પાર્થિશ્વરમાંથી પ્રકટ થયા હતા. શ્રી માર્કટેયને લેવાં યમદુત આવ્યા તે વખતે માર્કટેયની સ્તુતિથી શ્રી શંકર પાર્થિશ્વરમાંથી પ્રકટ થયા હતા. શ્રી ભોદાણા મોટે સવાનાલથી રણુહોડછ ઓછા થયા હતા, મીરાંવાણ હારકમાં શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્માની મૂર્તિમાં સમાઈ ગયાં હતાં, શ્રી રામચંદ્રજીએ સેતુ બાંધતી વખતે સેતુબંધ રામેશ્વરની સ્થાપના કરી પૂજન કર્યું હતું, શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માના વાળ અબાછમાં ઉતરાવ્યાને લેખ શ્રીમદ્ભાગવતમાં છે. આ બધી વાતો જુની ગણી તેને કદાપિ અગીકાર કરવામાં ન આવે તો પણ દુઃક મુદત ઉપર થએલા શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ શ્રી મહાકાલીની મૂર્તિનું પૂજન કરતા હતાં તેમાંથી તેમને સાક્ષાત્કાર થયો હતો. સ્વામી વિવેકાનંદને પણ મહાકાળીની અને હનુમાનનો સાક્ષાત્કાર થયો હતો. આપણાં શાસ્ત્રો સર્વે ભૂતસર્વ હરિમ્” કહે છે. પરમાત્માના ચૈતન્ય સિવાયની એક પણ મીજ આપણને જણાશે નહ. સર્વે સ્થાવર જંગમ પ્રાણી પદાર્થોમાં પરમાત્મા ચૈતન્ય સ્વરૂપે વ્યાપ્ત છે. ઉદવચ્છએ નંદનસોદાને શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માના કહેવાથી સંદેશો પહોંચાડ્યો હતો તેમાં તીચે પ્રમાણે કહાવ્યું હતું. દયારામ કવિ પ્રેમરાસ ગીતામાં કહે છે કે “સ્થાવર જંગમ જીવો કો સ્થળ એ વિના ખાલી નથી બાજો નિજ ઘટમાં વ્યાપ્યો અંતરયામી સર્વથી તે થકી સૂત બાવ હોડો બજો ધધર એહ છે ભાગ્ય મોટું માનજે કે એ પુરુષથી રનેહ છે.”

સ્વામી વિવેકાનંદે “આપણે જન્મપ્રાપ્તિ” એ નામનું વ્યાખ્યાન આપેલું જે સ્વામી વિવેકાનંદના પ્રાચીન ભાગમાં સરતા સાહિત્યે બાધ્યું છે તેમાં તેઓશ્રી કહે છે કે “મને તો મૂર્તિપૂજને અત્યંત આબારી ગનાવ્યો છે. જે તે પરમ આસ્તિક અને શુસ્ત મૂર્તિ પૂજકે આશ્વિણ (રામકૃષ્ણ પરમહંસ) ના ચર્ચુરજનો આશ્રય મને ન મળ્યો હોત તો હું આજે ક્યાં હોત ?” વળી આ વાત સાવત્સથી પણ સિદ્ધ થઈ ચુકે છે. જાણીતા જગાણી સુપ્રસન્ન સાયંટીસ્ટ ડૉ. જગદીશચંદ્ર બોઝ સાયન્ટિફિક રોષભોગથી વ્યાપારે આખા દુનિયામાં પ્રસિદ્ધ થયા છે તેમણે અમેરિકાના વોશિંગ્ટન શહેરમાં અમેરિકાના પ્રદેશ ખાતાના સેક્રટરી મી. બ્રાયન અને કેટલાક અમલદારો સમક્ષ જાડપાંન અને વનસ્પતિમાં પણ માણસની પેઠે જીવ હોવાનું સપ્રયોગ બાપણુ આપ્યું હતું અને સાબીત કરી આપ્યું હતું કે જેમ માણસ જાત લાગણી ધરાવે છે તેમ કેદરતી જાડપાનમાં પણ તેવીજ લાગણીઓ છે. જીવતાં જીંક પાન ઉપર ડૉ. જગદીશચંદ્રે પ્રયોગો કરી જતાથી આપ્યું હતું કે આંકોહોલથી તેના ઉપર કેવી અસર થાય છે તે નક્કી ઉપર ચક્ર હનાર થતી લીટીઓની મદદ વડે દેખાડી આપ્યું. તે વખતે મી. બ્રાયને તેમાં બારે હિલટ જવાની હતી. એક ઘણાજ નાજુક શંકાવાળા ભરેલા યંત્રની મદદ વડે પ્રેક્ષકર બોલે જીવતાં જાડપાને આંકોહોલની અસર હેઠળ મુક્યા અને તે અગ્રથી તેમાં શાશા ફરફારો નોંધાતા હતા તે વ્યવહાર અખતરા રૂપે દેખાડ્યું હતું તે કહ્યું હતું કે એક માણસના હાથના ઠાંડા ઉપર ટાંકણી બોંકવાથી તેને મગજમાં જે સંદેશો પહોંચે છે તે નિયમ વનસ્પતિમાં પણ કેવી રીતે લાગુ પડે છે તે એક રોપાને ઠાંકણી ધોંવી જતાવતાં રોપા સાથે નોડવમાં આવેલા એક યંત્ર ઉપર આંકોહોલ લાગતા જેવી અસર થઈ અને તેના પરિણામમાં કાચના એક દુકા ઉપર ઝીણું ઝીણું મીઠાંવાળી લીટીઓ પડેલી દેખાઈ ડૉ. બોલે જાડપાને એક રોપાને પોટાશીયમ સાયનાઇડ નામની ઝેરી દવાની માત્રા આપીને તે રોપાને મારી નાંખ્યો તે વખતે મી. બ્રાયન અને બીજા અમલદારો રોપાનાં મરતી વખતના તરફડીયાં બેઠા અજાણીથી દંગ થઈ ગયા. મી. બ્રાયને પ્રેક્ષકર જગદીશ ચં. બોઝને આશ્ચર્ય થયો હતો. પ્રેક્ષકર જગદીશ ચં. બોઝે વાંકનમાં

પણ ધણા વિદ્વાન સામન્તીયો સમક્ષ પાતુઓના કડકા ઉપર પણ આવા પ્રયોગ કરી તેમાં હવ હોવાની ખાતરી કરી આપી હતી. છતાં પણ મૂર્તિપૂજન સચાત્ત છે કે અચાત્ત છે તે સંખ્યા વાદવિવાદમાં કિતરવા મારી છુટકા નથી. મને પોતાને જે અનુભવો થયા છે તે માટે મને જરા પણ શંકા નથી. અને તે મારા વિચારો જદલાય તેમ નથી.

ઉપસંહારમાં મારી એટલી વિનંતી છે કે માતાજીનાં પગમાં માણેકચોકમાં થયા પછી શ્રીયુત અંબાલાલના તમામ વિચારો જનસાધ ગયા છે તેઓનો એ સ્થાનમાં અંબલી બાંધી રહેવાનો વિચારતો અજપાછ ગયો છે. એ સ્થળે વિસ્તીર્ણ વરંડો ધર્મશાળનો બંધાયો છે અને તેમાં રહેવા બેસવાની ધર્મશાળાઓ અને કેટલીક જોરડીઓ તેમણે બાંધી છે અને બીજી બંધાય છે. ધર્મશાળાની આગળ મોટો દરવાજો રાખ્યો છે તે ઉપર મેડી બંધાય છે. દેવાલય ધાટદાર અને મોટું ઉચ્ચ બેસણીનું બાંધ્યું છે આગળ સમા મંડપ પણ ધણા મોટો છે. દેવાલય ઉપર મુક્યા માટે ભારે રકમનું શિખર તૈયાર કરાવ્યું છે. મળગરા સાથે મુક્યાની પાટલીના સ્થંભમાં લગભગ રૂ. ૧૨૦ થયા છે માતાના મંદિરનાં કમાડ ધણાં મળયુત નક્સીદાર અને ભવ્ય કરાયાં છે. મંદિરના અંદરના મહારામાં ઉંચી જાતના આરસપદ્મીયું જડેલા છે. શ્રીયુત અંબાલાલને ધાર્યા કરતાં સાત આઠ ધણું ખર્ચ થઈ ગયું છે. કેટલાક બાવીશ મૂલસ્થાને શ્રીયુત અંબાલાલની નિઃસ્ખર્ચ સેવાની કદર કરી આ પવિત્ર અને સત્કાર્યમાં સારી મદદ કરી છે. માગી નહિ વિનનિ છે કે આ કાર્યમાં બાવીશ ભંક્તો તન મન અને ધનથી મદદ આપશે. કૃપાથી માતંગી શ્રી જીવચરાજ કાંઈના ઉપકાર રાખે તેમ નથી, જેવી રીતે શ્રી જાલાની આગળ ખેરાલુમાં ચાર પહોરનાં ચોધડીઆં વાગતાં હતાં તેવાં ચોધડીઆં હમેશાંને માટે એ સ્થળખંડવાજે તેટલી બાજની રકમ દર માસ કે વરસે ઉપજે તેટલી રકમ જે ભેગી થાય તેા ધારેનું કાર્ય સિદ્ધ થાય. અથવા તેટલી રકમ જે ન થાય તેા માતાજીના અન્ય પૂજન અર્ચન નદાદીપ વગેરે કાર્યમાં તેનો ઉપયોગ થાય.

આ લેખ લખવાનો હેતુ હું કંઈ માતાજીનો પરમમકત હું એમ ખતાવવાનો નથી તેમજ તેવી માન્યતા વાંચકવર્ગે પાસે કરાવવા મારી છુટકા નથી. હું માતાજીના ચર્ચારવિદની રજા હું. માતાજીના દાગમાં જે કંઈ કંઈ હોય તેા તે સર્વેતેમની છત્રજીવીય થયું છે અને તેમાં હું નિમિત્ત માંગેલ હતો. અને શ્રી જાલા ત્રિપુરાને વારંવાર નશસ્કાર કરી આ લેખ સમાપ્ત કરે હું. શ્રી માતાજીની પ્રતિષ્ઠા સંવત ૧૯૭૪ ના વૈશાખ સુદ ૬ ને સુરવારના રોજ કરવાનું કંઈ છે.

મુ. વીસનગર.

તા. ૧૫-૫-૧૮.

ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ.

અધિપતિ ધનન્તરિ.

સુધારો:—આ લેખમાં ૫૪ ૧૩૫ ઉપર છેક નીચે પ્લેક ટાઇપમાં “એરમાહ નારયુમાહ” બાંધ્યું છે તેને “જો” “એવરમાહ નાથામાહ” એમ સુધારીને વાંચવા વિનવિ છે.

ભો. ત્રિ.

## સર્પદંશ.

( લખનાર—ઉમ્મર માનજી ચૌહાણ, મુ. ગોંડલ. )

સર્પો એટલી બધી જાતના થાય છે કે તેની ગણતરી કરવા બેસતાં પાર આવે તેમ નથી; અને તે જ પ્રમાણે વત્તા જોછા પ્રમાણમાં જેરી હોય છે. તે પણુ જોછામાં જોછા જેરી સર્પનાં જેરથી પંચ મ્હેટામાં મ્હેટા પ્રાણીનું મૃત્યુ થાય છે. તેના જેરની એક નાની કોથળી હોય છે, અને તેમાં આશરે ચારેક યુગ જેર સમાઈ શકે છે. અને દુતે કોથળી દાઢતા મુળમાં હોય છે. તે માત્ર કરડવા વખતે દાઢ હભી થાય છે, તે સિવાય તાજવા ઉપર આડી પડી રહે છે, ને દાઢ અને દાંતનો આકાર ભેંસના લાંબા છેડેથી જરા વળેલાં શીંગડાંના જેવો હોય છે, અને તે ઘણું દરીને ટાંચણીથી જાડી હોતી નથી, તે પોલી હોય છે, અને ઊભી થાય છે ત્યારે જેર કોથળીમાંથી તેમાં ઉતરે છે; તેમાંથી દરડેલા ભાગમાં પેસે છે. દાઢ બ્યારે આડી પડી હોય ત્યારે જેરની કોથળીનું મ્હેડું બંધ થઈ જાય છે. અને કોઈ સર્પને ખીજબોયે હોય અને વારે-વારે કોઈ પદાર્થને કરડ્યો હોય, આવી રીતે ઘણીવાર સુધી કરવાથી જેરની કોથળી ખાલી થઈ જાય છે, અથવા કોઈ યુક્તિથી સર્પ કરડવા પોતાની દાઢ હભી કરે તે વખતે દાંતની આડે કોઈ ઝાડનું પાંદડું અગર એવોજ ખીજે કોઈ પદાર્થ એવી રીતે રાખ્યો હોય કે દાંત ઉભા જ રહે. તેવી રીતે પોડી વાર રાખવાથી પણુ કોથળીમાંથી બહુ જેર ખાલી થઈ જાય છે, અને ત્યારબાદ કોઈને કરડ્યો હોય તો તેનું જેર ખીજકુંડ ચડતું નથી. પણુ ચાદ નાખતું કે આશરે ૫ થી ૭ મિનિટમાં પાછું જેર ભેળું થવા માટે છે. સર્પનું જેર તેજ નેતું ચીકાસવાળું, જલદી સુકાઈ જાય તેવું, તથા રંગે ગંધના જેવું હોય છે; તથા રવાદે એવું ઉઘ્ર હોય છે કે જુના ઉપર મૂકવાથી ઘણા કલાક સુધી તેનો સ્વાદ જીભમાંથી જતો નથી. આ જેર ચોખ્ખા પ્રમાણમાં ઇન્ટરનેલી ( ખાવા તરીકે ) લેવામાં આવે તો કંઈ અશ્યુ જેવું નથી. કેટલીક જાતના સર્પોનું જેર દવા તરીકે જર્મનીમાં આપવામાં આવે છે. અને તેની ડૉનિક ( પૌષ્ટિક ) અસર ઘણી સારી થાય છે. પણુ જો તે જેરના એકાદ દીપાનું ઇનજેકશન ( ત્વચા વાટે ખીચકારી દ્વારાએ દાખલ કરવું ) આપ્યું હોય, અગર શરીર ઉપર જરો દાખ મૂકાવી, કે હોલાયેલી, કે ચાંદા પડેલી જગ્યાએ મૂક્યું હોય, તો તરત જ તે જેર શરીરના લોહીના સંપર્કમાં આવે છે; અને તેટલું જેર પણુ મોટા પ્રાણીનું મૃત્યુ આણે છે.

સર્પ કરડવા જતાં તેનું મોઢું શરીરને ચડતાં જ આંચકો મારી સર્પને ફેંટી દીધો હોય તો ફક્ત તેના દાંતના એક બે ઉત્તરણ થાય છે; અને જેરનાં દંશ તો ભાગ ઉપર કે જમીન ઉપર પડી જાય છે. તેને આપણે ઉત્તર રડો કહીએ છીએ, અને આ ઉત્તરણથી જેર ચડતું જ નથી તેમજ સોજો વગેરે પણ આવતો નથી; અને બ્યારે ઉપર મુજબ આંચકો મારી ફેંટી દેતાં વિશંબ થાય છે ત્યારે સર્પની બન્ને અરધી દાંડો શરીરમાં પેસી શકે છે; પણ જેર પડવાનાં કાણાં દાંતની અધવચ્ચમાં હોય છે, તથા તે જેર લોહીમાં મગ્ગી શકતું નથી. અને જાદાર પડી જાય છે. તથા લોહી ઘણું વહે છે આ દંશ પણ જેરી ગણાતો નથી. આર્થાત જેર ચડતું નથી.

સર્પ કરડવા જતાં તેનું મોઢું શરીરને ચડતાં જ આંચકો મારી સર્પને ફેંટી દીધો હોય તો ફક્ત તેના દાંતના એક બે ઉત્તરણ થાય છે; અને જેરનાં દંશ તો ભાગ ઉપર કે જમીન ઉપર પડી જાય છે. તેને આપણે ઉત્તર રડો કહીએ છીએ, અને આ ઉત્તરણથી જેર ચડતું જ નથી તેમજ સોજો વગેરે પણ આવતો નથી; અને બ્યારે ઉપર મુજબ આંચકો મારી ફેંટી દેતાં વિશંબ થાય છે ત્યારે સર્પની બન્ને અરધી દાંડો શરીરમાં પેસી શકે છે; પણ જેર પડવાનાં કાણાં દાંતની અધવચ્ચમાં હોય છે, તથા તે જેર લોહીમાં મગ્ગી શકતું નથી. અને જાદાર પડી જાય છે. તથા લોહી ઘણું વહે છે આ દંશ પણ જેરી ગણાતો નથી. આર્થાત જેર ચડતું નથી.

સર્પ કરડવા જતાં તેનું મોઢું શરીરને ચડતાં જ આંચકો મારી સર્પને ફેંટી દીધો હોય તો ફક્ત તેના દાંતના એક બે ઉત્તરણ થાય છે; અને જેરનાં દંશ તો ભાગ ઉપર કે જમીન ઉપર પડી જાય છે. તેને આપણે ઉત્તર રડો કહીએ છીએ, અને આ ઉત્તરણથી જેર ચડતું જ નથી તેમજ સોજો વગેરે પણ આવતો નથી; અને બ્યારે ઉપર મુજબ આંચકો મારી ફેંટી દેતાં વિશંબ થાય છે ત્યારે સર્પની બન્ને અરધી દાંડો શરીરમાં પેસી શકે છે; પણ જેર પડવાનાં કાણાં દાંતની અધવચ્ચમાં હોય છે, તથા તે જેર લોહીમાં મગ્ગી શકતું નથી. અને જાદાર પડી જાય છે. તથા લોહી ઘણું વહે છે આ દંશ પણ જેરી ગણાતો નથી. આર્થાત જેર ચડતું નથી.

પણ જ્યારે દાદ પૂરેપૂરી અંગમાં પેસી ગયેલી હોય ત્યારે ઘણીવાર સર્પને સાધારણ આંચ-  
 કાથી દૂર ખસેડી શકતો નથી. આ દંશથી જાડી સોયથી બે-કાણી  
 ઝેરનું ચટણું પડ્યાં હોય તેવી નિશાની દેખાય છે; અને તેથી લોહી ચોડું નીક-  
 ળીને ઝેરના જોરથી બધું થઈ જાય છે. કદાચ સર્પ અધારામાં  
 ધરડો હોય, અને નિશાનીઓ ઘણીજ મુશ્કેલી હોય, ત્યારે શંકા થાય છે કે:-સર્પનો દંશ  
 છે કે કોઈ બીજા જનાવરનો છે? પણ યાદ રાખવું કે સર્પના દંશથી સહેજ નહિ જેની બળતરા  
 થાય છે, કાનખજુરા, વીંછી આદિ પ્રાણીઓના દંશ જેની બળતરા થતી નથી; કારણ કે  
 કેટલાક એવા દાખલા મળી આવે છે કે:-સર્પ કરડ્યા છતાં ઉષ્ણમાંથી માણસ જંગમ પછી  
 નથી, પરંતુ સવાર થતાં તેનું શયન આગમ પડે છે. દંશ થયા પછી તુરતજ ચોખ્ખ  
 ધલાજ સેવામાં ન આવે તો દરદી લીલો પડવા માંડે છે; અને પછી પોતાની વેદનાં વિવે-  
 ચન પણ કરી શકતો નથી, તેમજ કેટલીક વખત દંશનાં નિશાન પણ જણાતાં નથી,  
 તેમાં દંશની આસપાસની જગ્યા કાળાશ લેતી બધું રંગની થઈ જાય છે, (કોઈ સર્પના  
 દંશથી કાળાશ લેતી પણ થઈ જાય છે.) લોહી આ વખતે આમડીમાં સૂકાઈ ગયેલું દેખાય  
 છે, અને કરડનાર સર્પનું ઝેર લાલ આમડી ઉપર પડેલ હોય છે; તે સૂકાઈને ઝાંખી  
 ચળકાટ મારતી લાગે છે. સર્પ ધરડો અને ઝેર લોહીમાં દાખલ થયું કે તુરત ફક્ત  
 કરડો ભાગ મુછ આવે છે. પછી યોડીવારમાંજ તે સોજી ઉતરી જાય છે. અને ઘણું  
 કરીને આઘા કવાકમાં પાછો બીજો સોજી ચડે છે. પડેલો સોજો માત્ર ઝેરના જોરથી  
 ચડેલો હોય છે, પણ તે ઉતરી ગયા બાદ પાછો જ બીજો સોજો ચડે છે; તે જખમને  
 લીધે થાય છે. તે પહેલો સોજો એમ બતાવે છે કે ઝેર દંશ રયાનેજ છે, એટલે પ્રસરવા  
 માંડ્યું નથી અને ઉતરી જાય ત્યારે જણવું કે:-ઝેર રોગરગમાં ચડવા માંડ્યું છે. સર્પ  
 દંશ કે તુરત ઝેર રોગને જોળવા માંડે છે, તે જો જો દંશથી છેટે હોય તો ઝેર ચડતાં  
 વિલંબ લાગે છે; જોકે મોટી રગમાં દંશ થયેલ હોય તો ઝેર ઉતાવળે પ્રસરે છે, આ  
 પ્રમાણે રોગમાંથી થઈ ઝેર હૃદયમાં પહોંચે છે; ત્યારે લોહીનું ફરવું બધું થઈ આસ-  
 ર્ણ દરદી મરણ પામે છે. સર્પનું ઝેર જે જે રોગમાં પ્રસરે છે, ત્યાં ત્યાં લોહી ફરવું અક-  
 ઠાયનું જાય છે.

આ ઝેર કઈ રગમાં અને કેટલું ચડ્યું તે બહારથી પણ જોઈ શકાય છે. કેમકે જેમ  
 જેમ ઝેર ચડ્યું જાય છે તેમ તેમ શરીરના વાળ ઉપર તેની અસર  
 ઝેરની અસર. થતી જાય છે. ઝેર રગમાં ચડ્યું ચડ્યું જેમ જેમ વાળના મૂળને  
 ચડે છે તેનાજ તે વાળ મુછ જાય છે; અને જેનું વાળના મૂળને  
 છોડીને ઝેર આગળ વધે છે કે તુરત પડેલાંની માફક ઉમા થઈ જાય છે, અને ઘણીવાર તો  
 જો દરદી હોંશમાં હોય તો પોતેજ ઝેરની અમરથી કહી શકશે કે:-આટલે સુધી ઝેર  
 ચડ્યું હોય એમ લાગે છે, અને કરડેલા ભાગ ઉપર ગરમ પાણી નાખવાથી જે જે ભાગમાં  
 ઝેર ચડ્યું હોય તેટલો ભાગ મુછ આવે છે. અથવા “મેઝિનફાઈંગ ગ્લાસ” થી જોઈ હોય  
 તો જે રગમાં ઝેર ચડ્યું હોય તે રગ કાળાશ લેતા, જંતુકા, અથવા લીલાશ લેતા રંગની  
 દેખાય છે. ઝેર જે જે ભાગમાં ચડે છે તે ભાગ બારે થઈ જાય છે, અને ખડેર મારી જાય  
 છે, કાનખજુઓ ખોટા થઈ જાય છે, એટલે શરીરના અવયવ પોતાની પોતાની કામ બજારી  
 શકતા નથી. અને આટલે ઝેર આખા શરીરમાં બાપી જાય છે ત્યારે દરદી તાકમાંથી બોલે

છે, અને તીર્થ દડવું, વાસ કે સ્વાદ, ઓળખી સહતો નથી. આખ લાલ થઇ જાય છે, કીટીઓ પહેળી થઇ જાય છે, પરસેવો બહુ વળે છે, ગાલ, મ્હોં, ગળું, કે પેટ એ કોઇ વખતે સુજી આવે છે. મોઢામાંથી લોહી તથા શીજી નીકળે છે. કોઇ વખતે નાકમાંથી પણ લોહી નિકળે છે અને છેવટે દરદીનો શ્વાસ ફેધાઇ ગઇ મરણ પામે છે.

જ્યારે કોઇને સર્પ કરડે કે તુરતજ દોરડીના બંધ (Ligature) બાધમાંથી ઝેરની

ગતિમાં અટકાયત થાય છે, અને જ્યારે ઝેરને એમ જણાય છે કે

ઉપાય. રસ્તામાં પોતાને અટકાયત થઇ છે, ત્યારે તે બંધમાંથી પસાર થવા

બંધથી જરા પાછું હડી વધારે જોરથી હુમલા કરે છે. એવા થોડા

હુમલાથી જો તે બંધમાંથી પસાર થઇ શકે નહિં તો પછી તેની ગતિ- બહુ જોસવાળી થાય છે. એ બંધ જો મજબુત બાંધ્યો હોય તો ઝેર પાછું હડીને ચોડીવાર ધક્કા માર્યા કરશે પછી તેનું જોર નરમ પડતું પડતું છેવટે તેને રસ્તો નહિ મળવાથી તે બંધ નીચેની રગ ઉપરથી આસપાસના ભાગમાં પણ બધે પ્રસરી જશે અને તે બધો ભાગ વાદળા રંગનો દેખાશે. આ ધમકારા સારી આંખવાળા ખુશીથી જોઈ શકે છે. આવા બંધ ચાર પાંચ બાંધી દેવા, કરડવાની જગ્યાથી બે ત્રણ ધ્રુવ છેટે પહેલો બંધ બાંધવો, આ બંધ બરાબર તપાસ કરીને બાંધવો કારણ કે ઝેર ઉપર ચડી ગયું હોય અને બંધ નીચે બંધાયેલો તેથી જરાએ ફાયદો થતો નથી, આ બંધ બહુજ દીક્ષે બંધાયો હોય તો તેથી ઝેર અટકતું નથી, અને જો અત્યંત તંગ બંધાયેલ હોય તો બહુ પીડા કરે છે; અને દરદી મુંઝાય છે. આનો બંધ બાંધતી વખતે ચામડીમાં કરચલી ના પડે તેની ખાસ સંભાળ રાખવી. અને આવા બંધ અમુક અમુક અંતરે ત્રણથી પાંચ બાંધવા, અને એક પછી એક વધારે તાણીને બાંધવા, આ પ્રમાણે બંધ બાંધ્યા પછી તે ઉપર પાણી રેડવું એટલે બંધ બરાબર બેથી જશે. ત્યાર પછી ફરેલ ભાગ ચૂંથી ચૂંથીને થુંકી નાંખવું, અને ગળે ન ઉતરે તેની સંભાળ રાખવી જો કદાચ સહેજસાજ ગળે ઉતરી જાય તો તેથી કંઈ મૃત્યુ નિપજતું નથી. આવી રીતે જ્યાં સુધી કાળારા લેતું વાદળા રંગનું લોહી નિકળે ત્યાં સુધી ચુસી ચુસીને થુંકતા જવું તથા ધી, તેલ, વગેરેના કોગળા કરતાં જવું. યાદ રાખવું કે મ્હોં કે છાત્ર આવી ગયાં હોય પેદાં દુઃખતાં હોય, દાંત મહિથી લોહી નીકળતું હોય, કે મોઢામાં ચાંદા પડ્યાં હોય તેવા માણસે દહી પણ ચુસવું નહિ, નહીં તો તે ઝેર ચુસનારને ચઢશે.

હવે ન ચૂસાય તેવી જગ્યાએ સર્પ કરડેલ હોય, અથવા સર્પ કરડે જાડો વાર થઇ ગઇ હોય, તો ચૂસવાનો પ્રયોગ નકમો છે. વળી કેટલીકવાર દંશ રથાન સોળાના સમયથી દેખાતો નથી, તે વખતે પણ ચૂસવાનો ઇલાજ લઇ રાખતો નથી. આ વખતે ચાક્રથી જરા કાપ મુકીને ચૂસવું, અથવા તો ઝીંબી અણીવાળા અપ્પુથી ગાળવાની માફક ત્રોડવું અને લોહી ટપકવા દેવું. આ લોહી જ્યાં સુધી કાળારા લેતું નિકળે ત્યાં સુધી વારંવાર મોઢા કરવું. અને તેમ કરવાથી પણ ઝેરના જોરથી લોહી ન નિકળે તો પત્રી આગના અંગારા કાપેલા ભાગ ઉપર મૂકી તેટલી જગ્યા બાળી નાખવી, અંગારા કરતાં જો કોઇ લોહાની વસ્તુ તપાવી તેનાથી બાળવામાં આવે તો વધારે સારું; કારણકે અંગારા ધડીકમાં ફરી જાય છે અને તપાવેલું લોહું ધડીકમાં ડગતું નથી. આ પ્રમાણે બાળવાથી ચટ ચટ એવો અવાજ થશે. આવી રીતે આગળ દેવો પહેલો સોળે (ઝેરથી ચડેલ) બાળી નાંખવામાં આવે- તો પત્રી ચૂસવાના કે કાપવાના પ્રયોગની જરૂર રહેતી નથી. એ સિવાય બાકીના

પ્રમાણે હુશિયાર અને અનુભવી માણસ એ વાળ ઉભા થવા તેમજ પડવાથી અને ઝેર ચડેલ રગનો રંગ વાદળી થઈ જવાથી ઝેરવાળી રંગ મીઠી ઠંડાડીને કેટલે ઝેર ચડ્યું છે તે નક્કી કરીને ઝેર ચડ્યું હોય તેથી એક ઘસતે છે તે રગમાં કાપ મુકવે અને કપાએક રંગ ઉપસી ભાગ કામા હાથના અંગુઠાથી બરાબર દાખી રાખવે, તે બ્યારે ઝેર ચડીને તે જગ્યાએ આવે છે ત્યારે તે પોતાનાજ જોરથી કાપમીઠી બહાર નીકળે છે; અને જો બરાબર ન નિકળે તો જમણા હાથને અગુડે તે રગનો ઝેર તરતો ભાગ દાખી દાખીને ઝેરવાળું સોહી બહાર કાઢી નાંખવું. આ ઉપાય બધાથી શ્રેષ્ઠ મનાય છે.

વળી આપણે આગળ વાર્યું કે—બધા બાધ્યાથી ઝેર પાછું હડીને જોરથી હુમલા કરે છે, તે વખતે ચાલાક અને બાહોશ માણસ બરાબર લાગ લઈ ઝેર જેવું પાછું હડે કે દુરતજ બધની નીચે થડમાંજ ઉપર મુજબ કાપ મુકવે. અને પછી ઝેરવાળા ભાગ ઉપર મેક કરવે. સિવાય એક ઉપાય એવો પણ છે કે જે ભાગમાં સર્પ કરડેલ હોય તે ભાગ તરતજ ચપટીમાં મગસુત પકડી તાણીને કાપી નાખવે. જે હાથ પગના આંગળામા કરડેલ હોય તો હાંદગી ખચાવવા ખાતર તે આંગળુ, પણ કાપી ઠંડાડવું. ઝેર આપ્તા શરીરમાં બ્યાપી મચ્છું હોય અને દરદી માર જોવાન થઈ મરેલા જેવો થઈ ગયો હોય તો પણ બચવાની આશા મુકાતીજ નથી આવા કેમમા ઉપર મુજબ જુપાં જની કાપ મુકવા હોય ત્યાં ત્યાં નિમક (મીઠું) બખરાવવું અથવા ‘પોપાસિયમ પરમેંગેનેટ’ જડા પાણી સાથે મેગરી ચોપડવું તથા અને તો ચોડું ચોડું પાડું. સારી પેઠે સેક કરવે, ગરમ પાણી રેડવું. ખાટલા ઉપર કે ખુરશી ઉપર દરદીને ટેકા આપી બેસાડવે, બલતાં કુધી સુવાડવે નહિ, તેને હવ ન આવે તેના ઉપાયો યોજવા, આ ઝુગર કાપી પાયા કરવી, અને પરણે વાનો ફરાવવી; જો જવાબ ન આપી શકે તો ઇશારાથી જણાવવા કહેવું, એટલે કે જેમ તેમ કરીને તેને ખબરદાર રાખવે અને ઝેર ઉતરી જરો તેવી સુક્તિથી તેના મનમાં વિશ્વાસ બેસાડવે અને તેને જે ખાટલા કે ખુરશી ઉપર જ્યાં બેસાડવે હોય તેની નીચે ધૂમાડા યાથ તેનાં હાથાં ખુગ બરીને દરદીને ઉપર બનાત કે ગોઠડું ઓઢાડવું અને ઉપર શેક પણ કરવે. તથા દસનાર ટીપાં રાઈનું તેવ તથા જે ચાર તે ના આંગળી કે લોહીનો સરમત તથા પાંચ સાત જૈન મોરચુયુ ગીત્ર કરી પાછ દેડું. એવી રીતે પદ પદ મીનીટે પાયા કરવું આથી ઉલટી થશે. તે સિવાય ઉંચટી થાય તેવી દવાઓ પણ પાયા કરવી. કારણ કે ઝેરને લીધે શ્વામ નળીમાં તેમજ ફેફસાંમાં શીથ બરાય છે. અને તે વધીને થોડી થોડી વારે મોત વાટે બહાર આવે છે. આ શીથથી કેટલીકવાર દરદી ‘સુઝાઈને મરજી’ પામે છે; તેમાં ઉલટી બહુ માર કામ બળે છે. તે સિવાય દરદીના મોઢામાં ને ગળામાંથી મુગાવરે ક્યાન પૂરક શીથ લોળા કરવાં અને ગળે ઉતું પાણી રેડવું. પીવા માટે પણ ઠંડું પાણી બીલકલ દેડું નહિ. આ સિવાય નીચેની દવાઓ પણ અપાય છે.

નારવેલનું મુગીયું પાણીમાં ઘસીને ચોપડું તથા પાડું.

એક મોહું લોહુ લઈ તેમાં હસોહસ નેવાળાનાં બી બરવાં, અને પાઝી ડંગળા દઈ તેને દોઢ માસ પર્યત ફેરકામાં દાટી રાખવું, ત્યારમાઢ ઠંડાડી લોહુ, બીજ, વગેરે સહિત ખસ કરી તૈયાર કરી રાખવું તે જરૂર પડે ત્યારે ગાળમમા ગાળનું ગાળી બેશુદ્ધિ પણ મટી જશે અને ઝેર ઉતરશે. “લેલ રહસ્ય.”



મોરના ઈંડામાં એક દાણું પાડી તેમાં મરી ભરવાં અને તેને બે માસ લીંમડાના થડમાં ડમળી પાડી અંદર રાખી પાછી ડમળી દઇ દેવી પછી કહાડી તેની ચણા પ્રમાણે ગોળાઓવાળી દર પા પા કલાકે દરદીને એકેક આપવી. અને ધોળી કરેલું મૂળ તથા એલચીનાં ખીજ અને ખજર (સુંદણી) સમ બાગે લઇ ચૂર્ણ કરી સુંઘવું.

ધોડા આસોદ, ખાખરાનાં મૂળ, ગળો, હુટકંકારીનાં મૂળ અને ઇલાવરણના મૂળ સમાન બાગે લઇ તેથી દશ ગણા પાણીમાં નાખી ખુમ ઉકાળવું જ્યારે ૬ ભાગ બાકી રહે ત્યારે ઉતારી લેવું અને દર પા પા કલાકે દરદીને પાવું તથા દંશે ચોપડવું.

વાંઝણી કંકોડીનાં મૂળ, દાક્ષ, નેપાળો, ધોળી રીંગણી અને ધોડા આસોદ એ સર્વે સમાન બાગે લઇ ઉપર મુજબ કાઢે કરી ઉપર મુજબ ઉપયોગ કરવો.

ગળજીલી વાટીને ખવરાવવી, તથા ઇંગોરીયાની ધુમાડી આપવી. અથવા અરીદાનાં મીઠા દંશ ઉપર ચોપડવા, તથા વાટીને આંખમાં આંજવા, અને આંખમાં અરીદાનું પાણી છાંટવું. સર્પ કરેડેલ હોય તેટલો ભાગ ઘાસલેટમાં બોળી રાખવો, અથવા ઉપર ઘાસલેટનાં પોત્તાં મુકવાં. તથા કેળતો રસ વારંવાર પાયા કરવો; અને અમનસારોગધક તૃણા ધોડા આસોદ પાણીમાં વાટીને વારંવાર દંશે ચોપડવા કરવું; અને ધોડા આસોદ પાણીમાં દહીંમાં કે હાશમાં પાયા કરવી.

એક ઉદરને પકડી તેવું પેટ ચીરી દંશેન જગ્યાએ પારો બાંધવો; અથવા અણસીયા ને ખણીમાં વાટી ખીવરાવવા, તેથી ઝેર ટુરતું ઉતરી જાય છે, એમ કેટલાકને મોટેથી સાંભળ્યું છે.

ગળોનું મૂળ દૂધમાં ખાસી રાખવું અને જરૂર પડે ત્યારે ઘસીને પાવું; બે આંગળી બેલેલ હોય તો તાળવે ચોપડવું, અને શેકેલું મોરચુ અને આંકડાના મૂળની છાલ સમભાગે લઇને એકથી બે ડૂમ કાગળની ભૂંગળી કરી તે વડે નાકમાં ઢૂંક મારવાથી છીંકા આવી દરદી બાનમાં આવશે.

ધોળાં મરીને પ્રથમ તાંજળાયાના રસની અને પછી સરેસના કુપના રસની અતુકેને ચચ્ચાર ભાવનાઓ આપી તૈયાર રાખેલાં મરી દરદીને એકેક દ્રામ ખવરાવતાં રહેવું.

કડવી નઇ તથા કાળાવાટનાં મૂળ માત્ર પ્રમાણે પાણીમાં વાટી તેમાં સહેજ મોરચુ મેળવી પાવું. આથી ઝાડો ઉલટી યઇ ઝેર ઉતરી જશે.

ઉપરના ઉપાયો સિવાય ઝેર ઉતારવાના મંત્ર તંત્ર પણ ઘણા છે અને તે વડે ઘણાં દને દાયદો પણ થઇ જાય છે. અહીં એટલું જ કહેવું જાય છે કે:—માત્ર ઉતારનાર ઉપરજ વિશ્વાસ રાખી બેસવું નહિ. અને ઉપર કહેલા ઉપાયોમાંથી જે લેવાય તે પ્રથમજ અવશ્ય ચોજવા. આમ કહેવાનું કારણ એજ કે મંત્ર તંત્રમાં ઢોંગ મોંગ પણ બહુ ચાલે છે. કાંઇ પૂરું મંત્રધારી તો બાએજ મળી શકે છે. માટેજ ઉપર કહેલા ઉપાયો અજમાવવા ચૂકવું નહીં.

## દુઃખીને દીલાસો દેવાનો દુનર.

દુઃખીઓના દુઃખમાં ભાગ લઇ તેઓને દીલાસો દેવાના દુનર વિષેના એક જર્મન ભાષામાંથી ઇંગ્રેજમાં સીં સીં પોત્યાતીસાએ તરજુમો કરેલા લેખમાં આપેલી નીચલી વાર્તા બોધદાયક યથા પડશે.

ગંગા નદીના કિનારા ઉપર અગ્નિની આડની છાયા હેઠળ એક ઋષિ-અર્હત (મહાત્મા) બેઠેલા હતા. તેમની દાઢીના વાળ સફેદ થઇ ગયેલા હતા અને થાકી જવાથી તેમની આંખો બંધ હતી. આડનાં પાંદડાઓમાં-યતો ખલુખલુટ જાણે તેમના કાનમાં કંઈ વાત કહેતો હતો અને તે પવિત્ર પાણીના પ્રવાહમાં થતાં મોજાઓનો મધુર અવાજ ગાપને રૂપે છુપાઇ રહેલું શુભ હડાપણ એમને જાહેર કરતો હતો. મહાત્મા પોતાની અંતર્દૃષ્ટિથી મહેા અને આગલા જમાનામાં બની ગયલા બનાવો તેમજ તમામ ગીતોની ઉત્પત્તિનું જૂળ/કારણ તપાસતા હતા.

ધીમેથી અને દલકાં પગલાંઓ જારી ચાલતો એક વૃદ્ધ પૈરાગી તે ઋષિ-અર્હત પાસે આવ્યો. તેની આંખોમાં ખાડા પડી ગયેલા હતા, તેનો દેખાવ લેવાઈ ગયેલો હતો, અને એક ફાટુંવટું વસ્ત્ર તેણે પોતાની કમ્બરે વીંટળેલું હતું. તે પેલા માનવંત નર આગળ શુભે પડ્યો અને પોતાનું માથું જમીન ઉપર મુકી, તેમને નમસ્કાર કરી પાછો ઉઠી ડચકાં ખાતાં બોલ્યો:—

“ઓ શુર! દુનિયાનાં સર્વ સોકામાં વળે સૌથી શ્રેષ્ઠ હડાપણવાળો છો! મહેરબાની કરી મને કહે કે કેવી રીતે મારું મરણ આવશે? જુઓ, હું એક રાજાનો એકનો એક પુત્ર હતો, અને જ્યાં સુધી હું જુવાનીમાં આવ્યો ત્યાં સુધી શેલત અને દમામમાં મને ઉછેરવામાં આવ્યો હતો. સોકા મને માન આપતા હતા. તેઓને હું માનીતો હતો. પણ યાન અને હડાપણ મેળવતા હું જુઓ થયો, અને તે જવાસા રાતદિન મારા દીવમાં બળવા લાગી અને સત્ત્વ શોષવાની મારી તરફ છીપતી ચાલ્યો નહિ, સદ્મમિતોષ દુનિયાની હેમાતીઓ હું જોતો થયો અને મને લાગ્યું કે ઇશ્વર શું છે તે હું સમજી શક્યો છું. મિતોષ દુનિયાના છુપા દરવાજામાં રાખેલ થતા મેં છુપ્યું અને તેમ કરવાની હિમ્મત કરતાં ખુલાસે જોવા પણ આવુર થયો, પણ મારી આંધા નાચ પામી, ફાટ ગઈ, અને પેઢેવાં જોડો બેસમજ હતો તેવોજ રહી જઈ હું જમીન ઉપર પાછો આવી પડ્યો!”

“પછી મને એકાએક એવો વિચાર સૂઝ્યો કે શાક્ય મુનિના-ગીતમયુદ્ધના શિક્ષણ ઉપર મારે મનન કરવું જોઈએ. તે કહે છે કે, ‘ક્રૂર ઇચ્છા રાખવાથીજ નહિ પણ દુઃખ સહન કરવાથી હડાપણ ને સુખ મળી શકે છે.’ મેં મારો પાટલાદી દાઢમાડ તજ દીધો અને બીજી રાત્રે મેટલમાંથી નાસી જઈ દુરનાં વેરાનમાં દુઃખ ખમવાની ધારણાથી બચકતો થયો. ત્રીસ વર્ષ દાઢમારી ખમવામાં મેં પસાર કર્યાં છે.”

“અને વસ, તે શું દુઃખ ખમ્યું તે મને કહે.” ઋષિ બોલ્યા.

“ઓ શુર, મેં એવું તો દુઃખ ખમ્યું છે કે જેવું અન્ય કોઈ મનુષ્ય ખમ્યું હશે નહિ. કદી હું ફરીકામ એક ઠેકણે રહ્યો નથી કે કોઈ પણ છાપરા નીચે સૂતો નથી. ધણીક મહી.

નાઓ મુઠી હું એવી તો જળતી સૂર્યની ગરમી તાપમાં બેસી રહ્યા કે તે વખતે મને વિચાર આવતો કે આવી ગરમીથી આસપાસનાં ગામોની જમીન પણ સુકાઈ વેશન થઈ ગયેલી હોવી જોઈએ. પાંચ વર્ષ મુઠી દર રાત્રે ખરેખર ચોસડાં પર મુઠ મેં દિમાકયમાં દહાડા પસાર કર્યા કે જે વખતે પરાડીયાનું ઝાકળ કે કરા જે ત્યાં પડતાં હતાં તે સિવાય બીજું કંઈપણ પાણી પીવાને હું મેળવી શકતો નહોતો. મેં ધણુંક અકાચીયાં મુઠી ઉપવાસ કર્યો તે વખતે મોખાનો એક દાણો પણ મને તાજગી જણવા મળતો નહતો. મારા શરીરમાં દાંડાઓ ભેડાના અને હું મુશ્કેલીથી તે ખેંચી કાઢતો હતો અને હું વારંવાર મારા બચાંપર તલવારથી જખમ કરતો હતો.”

“તમારું કહેવું જોમ એક પક્ષે જોઈએ તેથી વધુ છે, તેમ અન્ય પક્ષે ધણુંજ નહીં છે ! વત્સ, મને કહે કે કુદરત તરફથી આ દુઃખનો કેવી રીતે ગદવો વાળી આપવામાં આવ્યો ? આ પ્રમાણે ખમવાથી તે શું મેળવ્યું ?”

“ધણુંએ ! ફક્ત મારી આંખના પલકારાથી હું વાકને બિહિવડાવી દુર કરવા શિખ્યો, અને હું ખચુરીનાં ઝાડપરથી મારા ખોળાપર તેનાં દીકરાં લાવી શકતો. મારું શરીર વારંવાર આકાશ તત્વ તુલ્ય સૂક્ષ્મ થઈ જતું જેથી કરી હું ઈશ્વરિણુ પવિત્ર સ્થળે દીવાલ અને બધ દરવાજાઓ હોરા છતાં દાખલ થઈ શકતો. હું ફક્ત ખડક તરફ તાકીને જોઈ તેને તેની જગા ઉપરથી ખસેડી શકતો. હું હવામાં હોરું ફેંકતો તો જે જગાએ ફેંકે ત્યાં તે સિંધર થઈ રહેતું, અને તે ઉપરથી હું પણ ઉઠી હવામાં ચઢી શકતો. મારી આસપાસનાં વાતાવરણમાં હું હવાઈ આકારો એકાઠા થએલા જોતો; મુએલાં માણસો અને જોઓનાં ખૂન કરવામાં આવેલાં હતાં તેઓને જીવવાની હઝળ કરતાં જોતો, અને તેઓને વેર કીનો લેવા તપેલાં તેમજ પોતાના થંડા હાથોથી ખૂનીનાં મસ્તક પર ફટકા મારતાં જોતો; હું દાનવોનાં કીના જર્મી રોજાને લોકનાં દીકમાં કીના અને વૈરના વિચારો નાંખનાં અને નિરાશ થવા ઉરકરતાં જોતો. હું વળી-પણ એટલુંજ પુરતું છે ! કારણ કે મારી જીંદગીનો અંતિમ ઉદ્દેશ જો હું ન સમજી શકું તો આ અર્થુ જાણવાથી મને શું ફાયદો થવાનો છે ? જો મારો જીવાત્મા કાળ અને દેશની દરકાર કર્યા વિના અહીં તહીં ઉડી જાયે જઈ શકતો ન હોય તો આ દુનિયાની મધગી ગુચવણનું કારણ મારાથી કદી નહીં શકારો નહિ. તેટલા સાફ હું હવે તમારી પગે પડી માફે અંનિમ લક્ષ્યાર્થ કે ગંતમ્મ સ્થાન જાણવા માગુ છું. માગ અધકારમાં સપડાવેલા દીકમાં તમારી સમજશક્તિની શેશનીતું કિરણ ફેંકી તમારો મૃદુ વસ્ત્ર દરન માગ મસ્તક પર સ્થાપો કે જેથી કરી હું મારી ન અટકાવી શકાતી વાસનાઓ પર કાણુ મેળવી શકું; માગ જીવાત્માને શેશની જ્યોતિ જલ્દી તમારી પામે જે હોય તે મને આપો કે જેથી કરી હું બધું જોઈ શકું, બધું સમજી શકું. વળી મને—”

“વાસનાઓમાં લીન થયેલા દાનવી, જોલનો મુગો રહે, અને પદેલાં મને કહે કે બીજાઓનાં દુઃખમાં કેમ દીવાસો રેવો તે દુઃખ નું જાણે છે ?”

“દુઃખમાં દીવાસો રેવો?—હા તે એક દુનર છે ? ગુરજ, શ તમે મારી મશ્કરી કરો છો ?”

“મેં તને પ્રશ્ન છે કે દીવાસો રેવાનો દુનર શું હું જાણતો નથી ? શું દુઃખના

દરીયાવમાં ગીરૂતાર થયેલા બગના છવના ગરમ કપાસ પર તે તારો હાથ કઢીએ ફેરવ્યો નથી ? શું એક મુશ્કેલીમાં આવી પડેલા મનુષ્યના મસ્તક પર તે તારો હાથ દીલસોટીથી કઢીએ ફેરવ્યો નથી ? શું તે કઢીએ દુઃખી થઇ ગયેલા મનુષ્ય નરક તારો હાથ લાંબાવી તેને કઢીએ કહ્યું નથી કે તારું દુઃખી માથું મારી છાતીપર મુકી દીવાસો ને આરામ લે ? આવી રીતે મોઢું મન બતાવ્યાથી એક ડાહ્યા માણસ પોતાના ડહાપણનું અભિમાન બૂલી નામ છે; રાગ પોતાના તપ્તની પણ દરકાર કરતો નથી; આમ કરવામાં એક સ્ત્રી પોતાની મર્યાદા ખોલેલી માનતી નથી; અને એક પૈસાદાર માણસ એવું સુખ મેળવવા પોતાના ખર્ચનાની પણ દરકાર કરતો નથી, તે શું તું બહુતો નથી ? તારો હાથ એવા એક દુઃખીયારા મનુષ્ય ઉપર આમ મુકવાથી તને અતિશય ક્ષયદો થશે એવી આશાથી નહીં, પણ એક રેતા મનુષ્યના આંસનું ક્ષત એક ટીપુંજ છુટવા માટે થામ. અને જ્યારે એક માણસ પોતે પોતાને બૂલી નામ છે, ત્યારેજ નલે પોતે ખોવાને બદલે કાંઈ મેળવ્યું હોય અને તેનું દુઃખ જતું રહ્યું હોય તેમ તેને લાગે છે, અને પછી પોતાને માટેજ શક લાવી બેચેન થઇ પોતાનેજ સવાલ કરે છે કે ‘મને હમણાં શું થાય છે ? હું તો મારા આશીર્વાદ બીજાને આપવા માગતો હતો, પણ હું તો કુદરતના આશીર્વાદ મારી પરજ આવેલા નેક હું જાણે ચીજથી બીજાને ક્ષયદો થવા જોઈએ તેને બદલે મને પોતાનેજ ક્ષયદો થયેલો કેમ લાગે છે ? જો બીજાને ખુશી કરવાને બદલે મારા પોતાના સુખની દૃ દરકાર કરતો હોઉં તો તે મારી ભૂલ માટે મારે દિલ્લગીર થવું જોઈએ !’

“અરે ત્યાગી, જે તું એમ ધારતો હોય કે ક્ષત ડાહ્યારી ખમવાથીજ સત્યદાન અને સુખ મળે છે તો તું ભૂલ કરે છે. આ ડાહ્યારી અને તપ તો કાંઈ મેળવવાની આશાએજ કરવામાં આવેલાં હોવાથી તે સ્વાર્થી છે. બંધી સેવાઓમાં એક જવાબા માટે દયાનો શુભ ખીલવો સૈાથી શ્રેષ્ઠ છે. આ દુનિયામાં સુખ ને દુઃખની વચ્ચે જે હમેશની લડત ચાલતી આવેલી છે તેનો છેડો આ દયાની સૈાથી સરસ શક્તિ રાન્તિ આપી લાવે છે; બીજાઓનાં દુઃખમાં બગવાથી આપણને જેમ એક રીતે દુઃખ થાય છે તેમ બીજી રીતે તે દુઃખ એક મોટામાં મોટા આશીર્વાદ જેવું પુરવાર થાય છે. દયા તે નલે હું અને તુની વચ્ચે એક સોનેરી પુલ સમાન છે. તે તમામ ડહાપણનું ગૂંચ છે, કારણ કે જ્યારે મનુષ્યનાં જીવનમાં દયાનો ઝરો પડે છે ત્યારે તે પોતે કેવું નહ્યું છે તે સમજતું થાય છે; દરેક હસ્તી તે એક મહાન હસ્તીનો નજીવો ભાગ છે તે તે રીતે છે; તે વળી સમજે છે કે હમરની મહાન ઘટનાનો પોતે એક ભાગ છે, અને પોતે પોતાને બૂલી જવાથી, અને તું મારાથી ‘નુદો છે એવો ખ્યાલ કાઢી નાખવાથી, જે જુદા ઝરાઓ એકત્ર થઇ મળી જાય છે. માણસની અંદરની’ તે લક્ષ્ય છે, અને ત્યાં તમામ ઝરાઓ એકત્ર થઇ ખુદતુમાં રીતે વહે છે, ત્યાં ક્ષત એક માણસનો યુદ્ધ પ્રેમ આખી દુનિયાને ફેરવી નાખવાને સમર્થ છે, અને તે પોતે જે પેઢેલાં એક નાનો ભાગ કે અણુ હતો તે હવે આખાનો એક ભાગ થઇ રહે છે. તે મહાન યુસાદરીના છેડાનો સ્ત્રોત આ દયાનો શુભ દેખાડે છે. બેટા, મારી આંખોમા જો. તે કદી કોઈ તરફ અંધી દેખાણ આંખો ફેંકી છે ! તું કઢીએ આ દુનર કિમ્બો છે ?”

પણ તે ત્યાગીએ તો જમીન ઉપર પડી નજી ઘાસમાં પોતાનું સુખ છુપાવ્યું અને દુઃખી થઇ હાથ પમ આમ તેમ પહોંચ્યા !

સૂર્ય અસ્ત પામતો હતો; તે મહાત્મા સીધા ઉભા થયા અને તે સાંજની રોશનીમાં તેમના અંતર્ગાનની રોશની મળી હોય તેવી રીતે તેમનો હૃદયો 'કદાવર આકાર પ્રકાશના લાગ્યો. તે બહાર જવા નીકળ્યા તે વખતે તે સાધુ હુઃખથી છુમ પાડતો હતો. થઈ માયાથી પોતાના ગુણના પગને વળગી પડ્યો અને રડતાં બોલ્યો, “ અરે ! મેહિરખાની કરી સમુર કરે, સમુર કરે ! ”

“ આવતી કાલે હું પાછો આવીશ ત્યાંસુધી અહીંજ રહુંજો. દહારો પસાર થઈ ગયો છે અને મનુષ્યજાતને ખાતર મારે આજે હજારો માણસ ભટકવું છે અને જે લોકો પશ્ચિમમાં બેચેન હાલતમાં પોતાનાં બીજાનાં પર પડેલાં છે અને શાન્તિ મેળવી શકતાં નથી, કારણ કે બીજાઓને કેમ દાસાસો દેવો તે તેઓ બાણતા નથી, તેથી કરી તેમ કરવાથી કેવો મુજો આશીર્વાદ મળે છે તેથી પણ તેઓ બેખબર છે, તેઓનાં મગજમાં મારે એવો ખ્યાલ દાખલ કરવો છે કે જેથી તેઓને શાન્તિ મળે. ”

આ પ્રમાણે બોલી તે મહાત્મા ગુમ થઈ ગયા !

મેહિરખાઈ દાદીશોક,

## જીવનની ઉત્પત્તિ સંબંધી વિચાર.

આ વિશ્વમાં જે પ્રકારના પદાર્થો જોવામાં આવે છે. એક સકરણુ અને બીજો અકરણુ. સકરણુ પદાર્થોમાં વનસ્પતિ, પશુ, પક્ષી તથા મનુષ્યનો સમાવેશ થાય છે, અને અકરણુમાં એ સિવાયના પદાર્થોનો સમાવેશ થાય છે. સકરણુ પદાર્થો બહારના પદાર્થો પોતાનામાં સહને તેમને પોતાના રૂપમાં જ રૂપાંતર પમાડે છે. જેમકે ઝાડ હવા અને પાણીને શૂંકીને પોતાનાં થડ, મૂળ, ડાળ, પુષ્પ, પાંદડાં વગેરે રચે છે. પશુ, પક્ષી તથા મનુષ્ય પણ તેમજ કરે છે. તે હવા અને પાણીને તથા અન્ય પોતાનાં શરીરમાં સહને તેમનું લોહી, દાડકાં, મેદ, આદિમાં રૂપાંતર કરે છે, અને પોતાનું શરીર રચે છે; અર્થાત્ આ અકરણુ બડ પદાર્થો પોતાના સંબંધથી સકરણુ અર્થાત્ જીવન યુક્ત કરે છે. કેવી રીતે આ પદાર્થોનું રૂપાંતર કરવામાં આવે છે એ વિષય ઘણો ગહન અને રસવાળો છે.

રસાયન શાસ્ત્રમાં જે પદાર્થોને ભેગા કરવામાં તેમના વચ્ચે રહેલા આકર્ષણથી જોડાઈને તેમાંથી તૃતીય પદાર્થ થાય છે. પણ તેમાં પોષણ, વૃદ્ધિ, વિકાસ અને મરણ અથવા છુટા પડવું વગેરે જે ફેરફાર સકરણુ પદાર્થમાં થાય છે તેવું કદાચ જોવામાં આવતું નથી. અન્યને ખોરાક રૂપે સહને પ્રાણીઓ તેમાંથી હાડકાં રચે છે, મસિરચે છે, લોહી રચે છે, નદામાં પદાર્થોને બહાર કાઢી નાંખે છે, અને આ પ્રમાણે બાહ્ય પદાર્થોનું અનેક રૂપમાં રૂપાંતર પમાડે છે અને પોતે પોતાના જ રૂપમાં રહે છે. આવું અકરણુ પદાર્થમાં કદાચ થતું નથી.

સકરણુ પદાર્થોનો સ્વભાવ સક્રિયાત્વ અને વિકાસ પામવું એ છે. ત્યાંસુધી આ જે ગુણ તેમાં જોવામાં આવે છે ત્યાંસુધી આપણે તેને જીવન યુક્ત કહીએ છીએ. અને જ્યારે તે નથી જોવામાં આવતા ત્યારે તેને જીવન રહિત કહીએ છીએ; પછી તે વનસ્પતિ હોય કે પ્રાણી હોય. પૃથ્વીને પોતાની ગતિ હોય છે છતાં તે જીવન યુક્ત ગણવાની નથી.

આ ગતિ તે જીવન સુક્ત પદાર્થોમાં તેમના પોતામાં જ રહેલી હોય છે. સકરણ પદાર્થો આકર્ષણ શક્તિનું પણ ઉત્પન્ન કરી શકે છે અને સ્વતંત્ર હોય છે.

પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિઓ જે જીવંત દ્રવ્ય છે તેમાં કંઈજ અંતર નથી. આ દેહોએ આ બે વચ્ચે ભેદ પાડ્યો અશક્ય છે. ઉદાહરણ તરીકે 'પ્રોટોપ્લાઝમ' એક સરળાન હોય છે. વનસ્પતિના એક પ્રોટોપ્લાઝમ અને પ્રાણીના એક પ્રોટોપ્લાઝમ લાંબને સાથે મૂક્યા હોય તો તેમાં કંઈજ અંતર પ્રતીત થતું નથી, પણ જાણે જાને એકજ હોય એમ જણાય છે. આ બેનો ભેદ પાડવાને પૂર્વે એમ માનવામાં આવતું હતું કે વનસ્પતિ સકરણ પદાર્થો ઉપર જીવે છે, અને પ્રાણીઓ સકરણ અને અકરણ ઉભય પદાર્થો ઉપર જીવે છે. પણ હમણાં પ્રયોગથી એ સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું છે કે વનસ્પતિ જી આંતરે પણ મનુષ્યની પેઠે પોતાનો ખોજક કરે છે, અને તેમાંથી પણ પોષણ મેળવે છે.

ગસાયણિક દૃષ્ટિથી જોતાં જીવન સુક્ત પદાર્થમાં કાર્બોન, હાઈડ્રોજન, ઓક્સીજન, પાઈટ્રોજન, અને પામ્પી એટલું જોવામાં આવે છે. આ પદાર્થો ગતિને લીધે થતા ક્ષયથી ન્યૂન થાય છે અને તેથી તેમને દેહોએ નવા રચાતા જાય છે. જો આ પદાર્થો ન્યૂનતા કરતાં વિશેષ રચાણ છે તો તેને આપણે વૃદ્ધિ કહીએ છીએ. અને જો તે જ પ્રમાણમાં પ્રસાય છે તેના કરતાં ઓછા રચાય છે તો તેને ક્ષય કહીએ છીએ. સુવાવરતા સુધી વૃદ્ધિ થાય છે અને પછી ક્ષય થાય છે. ક્રમથી ક્ષયનું પ્રમાણ વધતું પરિણમે મૃત્યુ પ્રાપ્ત થાય છે. આ પદાર્થો જો નિત્ય રચાતા રહે અને ક્ષયનું પ્રમાણ વધતું ન રહે તો મનુષ્ય અજરામર થાય છે. કયાં કારણોથી વૃદ્ધિ થાય છે, કયા કારણોથી ક્ષય થાય છે, અને કયાં કારણોથી ક્ષય થતો અટકાવી શકાય છે, એનું જો મનુષ્ય જાણ પ્રાપ્ત કરે તો તે વૃદ્ધાવસ્થાના અનૈ મૃત્યુનો જન્મ કરે છે.

• આ પ્રોટોપ્લાઝમને જો નિયમ કરતાં વિશેષ ગરમી લાગે છે તો પણ તે જીવન રહિત થઈ રહે છે. અને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ ઠંડી લાગે છે તો પણ તેમજ થાય છે. તેથી જીવ્યુંતો અને ચૈત્ય એ બેનું યોગ્ય પ્રમાણ જીવનનું રહસ્ય છે.

આપણી પૃથ્વી ઉપર જીવનતરંગને પ્રાદુર્ભાવ પ્રથમથી શી રીતે થયો એ આશ્ચર્યજનક છે અને એ સંબંધમાં અનેક મત પ્રવર્તે છે.

પૂર્વે આપણી પૃથ્વી આપણા મૂર્ત જોતી અગ્નિનો દરો હતી. પછી તેની ઉજ્જ્વલતા વાતાવરણમાં ખપી ગઈ. આ ઉજ્જ્વલતા વાતાવરણમાં પ્રસારતાં લાખો વર્ષો કે લગભગ ઇંદ્ર મળ્યા હશે, એમ માનવામાં આવે છે. તે જ્યારે ઠંડી પડી ત્યારે પ્રાણીઓને રહેવા યોગ્ય થઈ, પણ તે વખતે પ્રાણીઓનું અસ્તિત્વ મિલકુવ નહતું. મોઠા મોઠા પર્વતો, પાણી અને શુદ્ધ હવા એટલુંજ આપણી પૃથ્વી ઉપર તે સમયે હતું.

આથી પ્રાણી રહિત નિષ્ઠિ ઉપર પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિ કેવી રીતે ઉત્પન્ન થયાં ? આ સંબંધમાં શરૂ બીજા અમ્મન કહે છે કે કોઈ બીજી પૃથ્વીનો વિનાશ થવાથી આપણી પૃથ્વી ઉપર પ્રાણીની સોપાને પ્રથમ પડી હશે. કારણકે આજે પણ આપણી પૃથ્વી ઉપર ધ્રુવોએ-પ્રમગે પ્રસંગે પડે છે તેમાં મરેલી વનસ્પતિ જોવામાં આવે છે. તો પૂરું મરેલી નહિ પણ જીવંત વનસ્પતિ કોઈ અદર્શથી આપણી પૃથ્વી ઉપર કેમ નહિ પાડી હોય ? આ પ્રમાણે આ વિદ્વાન આપણી પૃથ્વી ઉપર જે વનસ્પતિ અને પ્રાણી નિષ્ઠિ ઉત્પન્ન થઈ તેનું મૂળ બીજ કોઈ પૃથ્વીમાં રહે છે.

કેટલી શક્તિના ઔષધનો કેટલા દિવસ ઉપયોગ કરવો એ રોગની તીવ્રતા ઉપર આધાર રાખે છે. જ્યારે 'કેન્સર' (Cancer) વિદ્રધિ જેવો બર્થ\* કર અને અસાધ્ય રોગ હોય ત્યારે તેવા રોગીને સોમવારે આવવાનું કહે છે. અને તે સોમવારે બરાબર દસ વાગતાં હાજર થાય એટલે તેને ઉપચારગૃહમાં લઇ જવામાં આવે છે.

અને 'કેન્સર' રોગ કેટલો બર્થ\* કર અને અસાધ્ય છે તેની યોડી માહિતી આપવી આવશ્યક છે. આપણામાં જે રોગને 'અંધિ' એવું નામ આપવામાં આવે છે તેનું ઇંગ્રેજીમાં 'ટ્યુમર' એવું નામ છે. જે વેળા શરીરમાં કોઇ પણ ઠેકાણે એકાદ ભાગ વધીને નિરક્ષા ગાંઠ થાય તેને અંધિ કહે છે. અંધિના મુખ્ય બે પ્રકાર છે. ( ૧ ) નિર્દોષ અંધિ અને ( ૨ ) દુષ્ટ અંધિ. નિર્દોષ અંધિ ઘણી સુસાધ્ય છે તે પાકતી નથી, અને કુટતી પણ નથી. વળી કાપી નાખવામાં આવે તો તે કપાય છે અને પુનઃ થતી પણ નથી. પરંતુ દુષ્ટ અંધિનાં લક્ષણ તો તેથી તદ્દન ઉલટાંજ છે. ઇંગ્રેજીમાં તેને 'કેન્સર' કહે છે. કેન્સરની ગાંઠ શરીરના કોઇ પણ ભાગમાં થાય છે, કિન્તુ વિશેષ કરીને તે ગર્ભસ્થાન, સ્તન, નેત્ર, શિશ્ન વગેરે ભાગ ઉપર અધિક જોવામાં આવે છે. તેની શક્તિ ખૂબ જલ્દી થાય છે અને તે એકદમ પાકીને ફૂટે છે; તથા તેમાંથી લોહીને દુર્ગંધ સુકા પણ એક સરખું નીકળે છે, તેમાં વેદના ઘણી થાય છે. અને આખા શરીર ઉપર તેનું પરિણામ જણાય છે. શરીર શીકું અને અચક્ત બની જાય છે. અંધિ કાપી નાખવામાં આવે તો તે શરીરના તેજ ભાગમાં અથવા બીજા કોઇ ભાગમાં પછી ઉત્પત્ત થાય છે. અંધિનું દરદ કોઇ પણ રીતે સાફ થતું ન હોવાથી તેની મજુના આજ સુધી અસાધ્ય રોગોમાં થતી હતી; પરંતુ રેડિયમથી આ રોગ સારો કરવામાં આવે છે એ જોડમણું સિદ્ધ થયું છે.

ગાંઠ નીકળી હોય તે ભાગ ઉપર જ્યારે રેડિયમનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે ત્યારે પ્રથમ તે ભાગને ધોઈને સુકવે છે; પછી જાડીના નીરોગી ભાગ ઉપર રેડિયમનાં ફિલ્મો ઇંચ ન કરે એટલા માટે તેના ઉપર એક પ્રકારનું રબરનું આચ્છાદન ( Seal-rubber sheet ing ) કરે છે. શરીરના જેટલા ભાગ ઉપર પ્રયોગ કરવાનો હોય તેટલો ભાગ આગળ ધરવામાં આવે છે. આટલી તૈયારી થયા પછી એક ન્હાના ગ્લાસમાં બંધ કરીને અથવા એક બારિક નળીમાં ધાલીને રેડિયમ લાવવામાં આવે છે, બગર જુદા જુદા આકારના અત્યંત ન્હાના 'એપ્લિકેટર' \* ( Applicators ) માં સૂક્ષ્મ થર હોય તેમાં તે ગોઠવે છે અને તે દ્વારા ચાલે નહિ માટે તેમાં વિશિષ્ટ તરેહના વારનિયનો થર કરે છે. એ વારનિય એટલો ઉત્તમ હોય છે કે તેમાં ઉજ્જુતા-છત્તાશક દ્રવ્ય ( Antiseptics ) અને મધાઈ ( Alcohol ) વગેરેનું સુદૃઢ પશ્ચિમ થતું નથી.

રેડિયમમાંથી જે ફિલ્મો નિકળે છે તે જાંઠો રોગનાશક હોય છે એમ નથી; કિન્તુ તેમાં કેટલાક અપાયકારક પણ હોય છે અને તેથી જે જગા ઉપર પ્રયોગ કરવાનો હોય તે જગ્યા અને રેડિયમના એપ્લિકેટર એ બન્નેમાં જુદી જુદી ધાતુના પડદા રાખે છે, તે એવી ધાતુના હોય છે કે તેમાંથી અપાયકારક ફિલ્મ ન જતાં રોગ વિનાશક ફિલ્મ માત્ર જન્મ શકે.

એ પદદા એક્સ્યુમિનિયમ, રૂપું દિવા સીસુ એટલાના હોય છે. જન્મતઃ અંગ ઉપર થએલા મજુ અને જખમો ઉપર પ્રયોગ કરતી વેળા એક્સ્યુમિનિયમ પડદાનો ઉપયોગ કરે છે. પરંતુ ઘણીવાર એવો અભયાર થાય છે કે અપાયકારક ફિલ્મોથી ઇંચ ન થતાં રૂપા-

\* એનો આકાર કેટલેક અંશે ન્હાના ચમચા જેવો હોય છે.

સીસાના પડાનોંધી ઇજા કરનારા ગુલાં ફિરજો ઉત્પન્ન થાય છે અને તેનું પરિણામ ચામડી ઉપર વધારે તુકશાનકારક નીવડે છે. કાકટરો આવે વખતે એપિલેક્ટર અને ત્રણ વચ્ચે રખજરનું પાતળું પડ, કિંટનાં કાપડના ( અખમ ઉપર બાંધવાનું વિશેષ તરેહનું કાપડ ) એક બે ચર અને ફેટોગ્રાફનો કાગલ મૂકે છે.

આવી રીતે એપિલેક્ટર તંબાર થયા પછી પ્રયોગ શરૂ થાય છે. રોગીને તે વેળા સ્વસ્થ બેસાડે છે કે કોઇ પુસ્તક વાંચવા આપે છે. પ્રયોગ શરૂ કર્યા પછી ગોઠવેલું એપિલેક્ટર ખસી જાય નહિ તેની ખરાબર કાળજી રાખે છે. ચાર વાગે પરિચારિકા આવીને એપિલેક્ટર કાઢીને લઇ જાય છે. અને રોગી પોતાને ઘેર જાય છે. સોમવારથી શુક્રવાર સુધી પાંચ દિવસ થયા પછી રોગીને ૭ અઠવાડીયાં વિશ્રાંતિ આપવામાં આવે છે. પછી બે આવશ્યક હોય તો પુનઃ ઉપચાર કરવામાં આવે છે.

પેસો આપવામાં અસમર્થ હોય એવા રોગીઓને પણ ઉપર કહ્યા પ્રમાણે કાળજી પૂર્વક ઉપચાર કરવામાં આવે છે. કુદત તેમના સમગ્ર સાજના ચારથી ૭ વાગ્યા સુધીનો હોય છે. ત્યારના રોગ માટે અર્ધો મિનિટથી ત્રણ મિનિટ સુધી પ્રયોગ કરવાથી રોગ નાશુદ્ધ થાય છે. આ પ્રમાણે ઉપચાર થયા પછી કેટલાક રોગીઓને ઘણા દિવસ સુધી કાંઈ શુણ્ઠ લાગતો નથી. કેટલીકને પદરેક દિવસે બહુ ફરક દેખાય છે, પરંતુ કેટલીકવાર ત્રણ મિનિટમાં પણ સારો શુણ્ઠ જણાય છે, કાયદસ ટયુમરસ એટલે તંતુના મંબળની અંધિ, મોટાં મોટાં ચાંદા, ન્હાનાં ફાન, ખસ, ગડગુમડ વગેરે તમામ ત્યારના રોગ ઉપર રેડિયમ જાડુ પ્રમાણે ઉપયોગી હોઇ સત્તર રોગીનો નાશ કરે છે. પરંતુ વાયકો પૈકી કોઈ પ્રત્યેક કે રેડિયમથી શું 'કેન્સર'. નો સંપૂર્ણ નાશ થાય છે? તો તેનો કુતર એજ છે કે રેડિયમ સરસા પોતે પણ એવું અભિમાન કરતી નથી. કિન્તુ તેના ઉપર તેજી એટલો વિજય મેળવેલો છે કે દુનિયામાં 'કેન્સરના રામજાણુ ઉપાય' તરીકે તેની જાહેર પ્રશંસા ધણી થએલી છે.

આ સરસામાંના રેડિયમના ચાર ભાગ કરેલા છે; તેમાંથી ત્રણ ભાગ ઉપચારની નળીઓ અને એપિલેક્ટરમાં રોકેલા છે. ચોથો ભાગ રેડિયમ ગેસ માટે રોકેલા છે. ગેસના શુણ્ઠ ધર્મે પણ રેડિયમ પ્રમાણેજ છે. કિં બહુના તથા વિશેષ છે. આશરે એક મિલિગ્રામ રેડિયમમાંથી હાથેશ દોઢો મિલિગ્રામ રેડિયમની શક્તિનો ગ્યાસ નીકળે છે. બીજો ચમત્કાર એ છે કે એટલો ગ્યાસ નીકળવા છતાં મૂળ રેડિયમના પાત્રમાં એક તલભાર ઘટાડો થતો નથી! આ શોધને લીધે રેડિયમના ઉપચારમાં અત્યંત પ્રગતિ થએલી છે, એમ કહેવામાં હરકત નથી. કશ્મના કરો કે ગ્યાસગોના એક રોકટરને એક રોગી માટે પેસો મિલિગ્રામ રેડિયમની જરૂર પડી હતી અને સાઠ હજાર રૂપીયા આપવા છતાં તે ક્યાંધથી મળી શક્યું નહોતું! અત્યુક દિવસે વિત્યા પછી તે પોતાનાં હરદીને લઇ લંડન આવ્યો અને રેડિયમ સરસા પાસેથી જરૂર પ્રમાણે રેડિયમ ગ્યાસ લીધો કે જે ધણી ઓછી કિંમતમાં મળી શક્યો. આ સરસા એક પખવાડીઆમાં ૨૫૫૦૦૦ રૂપીઆની કિંમતનો ગ્યાસ એટલે ૮૬૦ મિલિગ્રામ રેડિયમની શક્તિનો ગ્યાસ બહાર મોકલે છે. આ પ્રમાણે તેનાં સર્વે લોકોપયોગી કાર્યો અખ્યાહત ચાલુ છે.

પછી એ દવાખાનાથી દેશો ઉપર આટલોજ ઉપકાર થાય છે એમ નથી. કિન્તુ એક બીજું પણ મોટા ઉપકારનું કૃમ્ય ગયું છે. રેડિયમ ગ્યાસને પાણીમાં મેળવી, તેની બાટલીઓ



ભરી તેઓ પરદેશ ચડાવે છે. અને તે સંધીવા ઉપર બહુ કામ લાગે છે. અર્ધાગ વાયુ, ઉર-સ્તંભ વગેરે રોગો ઉપર પણ તે પાણીના ગુણ માલમ પાડે છે. એવા રોગીઓ પૈકી સેંકડે ૪૦ ને ઉત્તમ ગુણ અને સેંકડે ૫૦ ને સાધારણ ગુણ થાય છે એમ જણાયું છે. સંધીવાથી પીડાતી એક સુમારે ૨૯ વર્ષનું બાઇનું ઉદાહરણ આપી આ લેખ પૂરો કરીશું.

એ બાઇ ત્રણ વર્ષ પહેલાં કાખમાં ટેકા રાખી બે સ્ત્રીઓની મદદ વડે અત્યંત દુઃખથી હળવે હળવે ચાલતી દવાખાનામાં આવી. બીજા રોગીઓ પ્રમાણે તેની પ્રથમ તપાસણી થયા પછી એક અઢવાડીઆમાં છ દિવસ તેને ગ્લાસનું પાણી અમુક પ્રમાણમાં પાવામાં આવ્યું. આ ક્રમ તેને છ અઢવાડીઆ ચાલ્યો પછી તેને સારો ફાયદો માલમ પડવાથી બીજા પણ છ અઢવાડીઆં એજ ઉપચાર કર્યો છેવટે તે બાઇ તદ્દન સાજી થઇ ગઇ.

આ પ્રમાણે જે રોગ બે ત્રણ વર્ષ પહેલાં અસાધ્ય સમજાતો હતો તે રોગ રેડિયમથી સારો થતાં સુસાધ્ય ગણાયો છે. આ સરસ્થાના કામનો અહેવાલ બહાર પડ્યો છે તેમાં લખે છે કે- 'ગુદસ્તા સાલમાં અમને જે અનુભવ થયો છે તે ઉપરથી કેન્સર સુસાધ્ય છે એમ જણાયું છે' આ પ્રમાણે સતત ત્રણ ચાર વર્ષ સુધી રેડિયમના ગુણ-ધર્મ શોધી કાઢી માનવજાતિ ઉપર સરસ્થાએ મોટો ઉપકાર કરેલો છે. અને હજુ પણ પુષ્કળ અસાધ્ય રોગ સારા થશે એમ આ સરસ્થાના સંચાલકોને બરાસો છે, અપૂર્ણતા માત્ર રેડિયમની છે. આપણા દેશમાં ઉત્તર હિન્દુસ્તાનમાં ગયાજી પાસે પુષ્કળ રેડિયમ મળવાનો સંભવ છે, એમ પ્રસિદ્ધ થયું છે; તો તેના જાણનારાઓને તે સત્વર હાથ લાગે અને હિન્દના આરોગ્યમાં સારો ફાયદો થાય એવી કશ્ચરપ્રાર્થના છે.

બરવાળા-  
(ધંધુકા)

}

ધીરજ,  
(વિવેચક માસિક)

વૃદ્ધાવસ્થામાં નિયમિતપણાની ખાસ અગત્ય:-જુવાનીઆઓ દરેક બાબતમાં નિયમિતપણું જાળવે એ એક સદ્ગુણ છે, પણ વૃદ્ધાવસ્થામાં આવેલ સ્ત્રી પુરુષોએ તો નિયમિતપણું જાળવવાની અત્યંત આવશ્યકતા છે. તેઓએ ખાવાનો વખત હમેશાં એકજ રાખવો તેજ પ્રમાણે સુવાના વખતમાં પણ મોટી ઉમરનાં માણસોએ બહુ દેરસાર કરવો ન જોઇએ. તેઓએ રાત્રે પહેલાં સુઇ જવાની ટેવ રાખવી જોઇએ. અને જમ્યા, પર્ણ એાહમાં એાહ એક કલાક થઇ જાય, ત્યારેજ સુઇ જવું એવો નિયમ રાખવો જોઇએ. રાત્રે બારે બેરાક ખાવો નહીં. તે ઉપરાંત ગીચ વસ્તીમાં અને બીધ હવાવાળાં સ્થાનમાં જદ્દ મનુષ્યોએ રહેવું જોઇએ નહિ.

મંદવાડના ઢોંગ (Feigned Diseases):-બીમારીનો ઢોંગ કોણ કરે છે ? લસ્કરના સીપાઇને અથવા વહાણના ખવાસીને કામ કરવાનું ગમતું નહિ હોય તે; સ્કુલમાં જતાં છોકરાંઓ સ્કુલે જવા માગતાં નહિ હોય તે; બીમારી મામા માણસ પાસે બીખ ઠાવવા માગતો હોય તે; બંદીવાન બંદીખાનાની સખત મજુરીમાંથી છુટવા માગતો હોય તે; અને સર્વથી સરમ બિમારીના ઢોંગ જુવાન છોકરીઓ જેઓ સહીપણીઓની દિલ-સોજ પોતાના તરફ ખેંચવા માગતી હોય તે; મુખ્યત્વે કરીને એ હોંફા બિમારીના ઢોંગ કરે છે.

# “નવજીવનાસય”

અને

## વિજળીનું દવાખાનું.

દવાઓ, દાકતરો, અને વૈદ્ય હકીમોથી થાકેલા દરદીઓને માટે  
એક અમૂલ્ય આશીર્વાદ.

માલિક અને મેનેજર:-ડૉક્ટર મહાદેવપ્રભાદ. ઇ. એમ. ઈ., એન. ડી.,  
એમ. એન. એસ. એ. (ન્યૂયૉર્ક.)

“નવજીવનાસય” એ એક આગેગમ દિર છે. આખા હિંદુસ્તાનમાં આવું ખાતું આ માત્ર આ એક જ છે. જ્યાં મહાન “નેચરોપથી” નામની નેસર્ગિક ઉપચાર પદ્ધતિની સર્વ શાખાઓ જીવીક, ઇલેમેન્ટેરી થેરાપી, વાઇબ્રો થેરાપી, ટ્રોફો થેરાપી, ફ્રેટો થેરાપી, ફાઇબ્રોલેસ્ટ્રોપથી, કોમોપથી, વૉટરથ્યુર, સર્જેરીવ થેરાપ્યુટીક્સ, મેસ્મેરિઝમ, ક્યુરેટીવ જીમનાસ્ટીક્સજરટ-કુન્ડે-સ્કોય-નીપ-લાહનન ઇસાદિ વિદ્વાન ડૉક્ટરો કે ઉપચારદાની પદ્ધતિઓ પ્રમાણે પ્રકાર, પાણી અને યોગની ક્રિયાઓથી તથા અદ્ભુત મોંઘાં યત્રોની મદદથી ગમે તેવાં જીનામાં જીનાં અને વિકટમાં વિકટ દરદો મૂળમાંથી મટાડવામાં આવે છે. દરેક દરદીએ નિરાશ થઈ બેસી રહેવા કરતાં છેલ્લીવાર આ અકસીર ઉપાયોનો લાભ લેવા ચુકવું નહિ એવી ખાસ લવામણ કરવામાં આવે છે.

હેકાણું:-સગદારી તાર ઑફીસ સામે, લાલ દરવાજા-અમદાવાદ.

મળવાનો સમય:-સવારના ૭ થી ૧૧; સાંજના ૫ થી ૭.

# ધણીજ ગુણકારી દેશી માત્રા.

“ અપૂર્વ માલિની વસંત. ”

વર્તમાનકાળમાં ધાતુક્ષીણતા, શરીરની અશક્તિ, અને મગજની નબળાઈ સી પુરૂષોમાં ધણીજ ફેલાયલી છે. આ સર્વેને બહુજ સારી અને નિદોષ રીતે મટાડવા માટે, તથા અરુચિ, અપચો, મંદાગ્નિ, પાંડુ, ચહેરાની ફીકારા વગેરેને સત્વર દૂર કરી, શરીરમાં લોહીનો વધારો, વીર્યવૃદ્ધિ, મુખપર લાલી અને તેજસ્વીતા, મગજની પ્રુષ્ઠિ અને બદનની તાંકાત પ્રાપ્ત કરવા માટે આ અપૂર્વ માલિની વસંત અદ્વિતીય છે. હવામાં હચીંકરતુરી, અંબર, શુદ્ધ સહસ્રપુટી અન્નક ભસ્મ, સુવર્ણ, રૂપુ ઇત્યાદિ અતિ મોંઘી ચીજો મોટા પ્રમાણમાં મેળવીને યથા-શાસ્ત્ર આ અમૃત્ય માત્રા બનાવવામાં આવેલી છે. વૈદ્યકના લાંબા અનુભવ ઉપરથી “ ધન્યન્તરિ ” ના તંત્રીએ આ માત્રા બનાવેલી છે. અને ગત વૈદ્યીય વર્ષથી હજારો દરદીઓપર અજમાવી અજળ કાર્યદો અનુભવેલો છે અને સંખ્યાબંધ સર્વિદીકૃષ્ટો મેળવેલાં છે. આ વસંત ઋતુની મોસમમાં પોતાના તન નનને તર બનાવવા ઇચ્છનારાઓએ અન્ય વસ્તુગુણને બદલે અગર તેની સાથે આ માત્રાનો જરૂર ઉપયોગ કરી જોવો એવી અમારી ખાસ બલામણ છે. કીમત સોનાના વરક ચડાવેલી ગોળીઓ તોલા એકતા રૂપીઆ બાર અને ચાંદીના વરક ચડાવેલીના રૂ. દશ. વી. પી. અને ટપાલ ખર્ચ બહુ. બીજા દેશી વૈદ્યોને ત્યાંથી વીસ પચીસ રૂપીએ તોલાના ભાવથી મળતી વસંત માલતીની ગોળીઓ કરતાં પણ આમાં ધણીજ ચઢીઆતી છે એમ અનુભવથી ખાતરી થયા વિના રહેતી નથી. માત્રા એકથી બે ગોળી. સાધારણ અનુપાન ઇલાયચી સાકાર નાંખેલું આશરે સ્પર્શો શેર દૂધ ગોળી ગાવી જઘ ઉપર પીવું. નાગરવેલના પાનના બીડામાં લેવી હોય તો એક એક ગોળી વાપરવી, જેથી લાંબા વખત સુધી મુખ સુવાસિત બને રે કરી કાઢ પણ જાતની પાળવાની નથી. પોતાના શરીરની હઠીકત લખી મોકલનારને ખાસ અનુપાન અને બીજી સલાહ મફત લખી મોકલવામાં આવશે.

મળવાનું ઠેકાણું:—

ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વઘીલ.

અધિપતિ “ ધન્યન્તરિ. ”

સુ. વિજયનગર (ઉત્તર ગુજરાત).

June, July & August, 1918.  
Vol. XI. No. 6, 7, 8.

श्री

Res. No. B 778.

धन्वन्तरि.

## DHANVANTARI.

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

पेढे, विज्ञान, विनोद अने "नेत्ररेपथी" विषेनुं भासिडे पत्र.

---

पुस्तक ११ मुं.] जुन, जुलाइ, ऑगस्ट १९१८. [अंश ६, ७, ८.

---

आदरणीय डॉक्टर मंगललाल, एम. सी. पी. एस., एम. सी. एच. सी. (दिल्ली.)

पत्रकार अने तंत्री:-भोगीलाल त्रिकलाल वकील, एफ. ए. बी. यु.  
विस्नगर (उ. गुजरात.)

---

Published by—Bhogilal T. Vakil, I. A. V. U.  
Visnagar (N. Gujarat. India.)

पत्रिका लागत र २) मुद्रक अंक २ आना. Annual Subscription Rs 2

---

Health, bright & vibrant from heaven,

Grant me with thee to rest!

For the short term by nature given

Be thou my constant rest!

For every joy that warms our heart.

With thee approacher not departs.

mixing the sera of different horses, ..... It is known that the serum of one horse is prone to produce urticaria, while that of another will give rise to some form of erythema".

"Itching is very common" and "there may be considerable, though transient, œdema, of the skin." "The rash is often accompanied by pyrexia." There is sometimes "moderate enlargement of the glands, especially those of the neck. .... There may also be tonsillitis." "Perspiration is usually a prominent symptom ..... not unfrequently, too, there is albuminuria, and vomiting is not uncommon."

It is interesting to note that though the rash "*may* be limited to the skin round the injection puncture" yet "it has a special liking for the extremities and particularly their extensor surfaces".

We say this is interesting, because in a case of death after vaccination reported in our columns some time ago (August, 1915) Dr. Spilsbury seemed to exculpate the vaccination on the ground that his post-mortem examination showed that though "there was ulceration of both legs, yet the left arm on which the deceased had been vaccinated was quite healthy, and also the vaccination scars."

We may note, therefore, that when a poison injected (say vaccine) has ceased to ulcerate or mark the point of entrance it does not follow that it has ceased to work mischief in other parts of the body.

The kinds of disorder enumerated above are merely "the usual symptoms of an ordinary attack of serum sickness." To these, unfortunately, there "are sometimes added" complications. "The most frequent of these is one which usually goes by the name of 'joint pains,' but which is, I have no doubt, an arthritis"

This occurred in 4.3 per cent. of his 8,726 cases of diphtheria. One patient had severe scarlet fever with a sloughing throat. In another the cervical lymphatic glands were suppurating. Other and rarer complications are mentioned, some of them too unpleasant to particularise, but it is a relief to know Dr. Goodall has "no clinical evidence to show that serum injures the kidneys"

A noteworthy point is that it takes time for these reactions to develop. There is a "latent period" of commonly from 6 to 15 days after the absorption of the virus into the circulation before the system makes its effort at expulsion. But the period sometimes extends to three weeks.

Our readers will remember how often, at inquests on deaths after vaccination, the doctor has urged that it could not have been the vaccination which was at fault, otherwise the effects would have followed the operation more immediately. The futility of this excuse was always obvious enough, and Dr. Goodall's observations established its absurdity beyond question.

"Another point is that the frequency of the disease varies directly with the volume of serum injected."

This statement also invites reflection. Does the specific efficacy of the serum also vary in the same ratio? If not, why inject so much? If it does, we are faced with a quite unpleasant dilemma. The more we inject the greater the constitutional disturbance; the less we inject the less the effect produced against diphtheria.

Similarly with vaccination: a case of vaccinated smallpox is often excused on the ground that the arm showed only one vesicle, or two, instead of the four, six or other number required by some authorities, implying that the protection afforded is in some relation to the amount of vaccine used. Conversely when the arm is ploughed up severely we are sometimes told that the vaccine was used in necessary strength or abundance.

"Rolleston," says Dr. Goodall, "states that in his series of cases 'the frequency of rashes and other serum phenomena are in direct relation to the size of the dose and in inverse relation to the character of the diphtherical attack.'" A curious form of words! How the frequency of one thing can be in inverse relation to the *character* of something else is rather a puzzle. But the bacteriological experts live and move and have their being in a world of puzzlement.

It was said of a certain German philosopher that he owed his reputation to his inability to express himself clearly, for that

ledge. The inevitable result of this poverty is malnutrition, resulting in low vitality, lack of resistance to disease, short life-period, huge infantile mortality. We have no figures on malnutrition among the peasantry, but in Madras city, among an equally poor urban population, we found that 78 per cent. of our pupils were reported, after a medical inspection, to be suffering from malnutrition. And the sparseness of frame, the thinness of arms and legs, the pitifully weak grip on life, speak without words to the seeing eye."

Vaccination certainly belongs to the foreign system of medicine.

In the "Hindu Message"—a weekly journal published at Srirangam Madras, in the interests of Hindus—Mr S. P. Thiragarajan writes regularly under the heading "Pencilings by the Way". In the issue for December 6th, 1917, he deals with the recent Vaccination Report for the Madras Presidency, and occupies two pages of the paper with excellent arguments against vaccination, good use being made of recent numbers of THE VACCINATION INQUIRER.

## વૈદ્યકીય અનુભવી ઉપાયો.

(લેખક:—તંત્રી.)

અતિસાર કે મરડા ઉપરની ગાળોએ—જાયફલ, જાયત્રી, અરીસુ, ઇલાયચી, ડોંગલોક, ખીલીનો ગર્બ, કપુર, ધાવડીનાં ફુલ, અને સાકર. સાકર સિવાયની સર્વે યીનો સમ ભાગ લેવી એટલે કે સાકર પાંચ ગણી લેવી. સર્વને ખાંડી વચ્ચગાલ ચૂર્ણ કરી તેની ચણીએ જવડી ગાળોએ તાળવી. ગોળીના બલ અને પ્રકૃતિ નથા નથોના વિચાર કરી આપવાથી ઉત્તમ પ્રકારનો ફાયદો થાય છે.

શીઝોનું રક્ત પ્રદર—ભોંયદુધેલીને વાટી તેમાં પાણી થોડું નાખી નીચોવી રસ નવટાંકથી પાસેર સુધી ઠાડવો તેમાં જે ત્રણ વાલ મીઠું નાખી પાવાથી સારો ફાયદો થાય છે. દસ પંદર દિવસ પાવો. તેના ઉપર તેલ, આંબલી, મરચુ, હોંમ વગેરેની ક્યરી પાળવી.

મૃગીવાયુ અથવા ફેફસોનો ઉપાય—ભોંયરીગણીના ફળને વાટીને તેના રસનાં ટપકાં નાકમાં નાખવાથી તરત શુદ્ધિમાં આવે છે. અથવા ડુગળીને કચરી ખારીક કપડામાં મુજા પોટકી કરી નાક આમળ ધરવાથી કે તેના રસનાં ટપકાં નાકમાં નાખવાથી તરત શુદ્ધિ આવે છે. ભોંયરીગણીનું ફળ ન ખાએ તો તેના પાનનો રસ પણ કામમાં આવે છે.

બાલિગુદિ—જાળકના તાવ, બંધકોશ, વરમ, કા, વ્યાસ વગેરે ઉપર—ગીરીઆવલ (સોનાચુખી)નાં પાન, અજગો, લીમ્બ, સંગલ, નસોતર, મરમાલાનો ગોળ, દરેકળ, કાળાકાળ, કરીયાત, પાપડીયો ખારો. ઉપરની ગીનોમાં અજગો સિવાયની ગીનો મગબાગ. અજગો એકા લીરમે કે આઠમા લીરસે લેવો. તેને બોપ્પર કરવું તેમાંથી ૨. બા બારથી ૨. ૧) બાર હવા એક કસબાળા વાસળમાં પાશેર પાણીમાં ધીમા તાપે કપડીપર કાપલાના દેવતા ઉપર ઉઠાવવા દેવી ૨. ૧) બાર પાણી રહે કપરે માળી હાથ તેમાં ચખ્ખા જેટલો ગોળ ચોળી બાળકને સમારે પાતી. સાંજ સુધી એક બે કરતા ન થાય તો ફરી એજ પ્રમાણે બીજી દવા લાઇ ઉઠાળી પાતી. બે ત્રણ કે ચાર દિવસ પાડાથી ઉપરના બાળકે દર થાય છે.

શૂળ ઉપરનો લેપ—હળદર, રામ, સંગલ, નસોતરનાં પાન, ઝોરદાનું મળ તેલીએ દેવદાર, કાળા તમ, કાવચબીજ, કરુણાની બીજ એમાંની ખાંડવા લાગક ચીજને ખાંડની તે વસવા લાગક ચીજને ઝોરસીયા ઉપર ધસી તે બાળને લેગ કરી એ ખરડાં ઉઠા કરી ચળની જ્યો ઉપર લેપ કરવો ને સકાએથી તે ઉપર શેક કરવાથી ચળની દારૂળ વેદના પળ દુર થાય છે.

શૂળ ઉપરની કાકી—સગળ, મરી, ચુંક, દાંગ, લાસળ, એ સમગ્રાગ લેવાં. લીંગને દેવતા ઉપર ડુસાવવી. સર્વને બારીક પાટવું કે ખાંડવું તેમાંથી વચ બને સરીર બળ વગેરેનો વિચાર કરી એ દવા ઉના પાણી કે ઉના ગા સાથે આપવાથી ચળની વેદના મટે છે.

સખત બાંધકોશ અને ચુંક ઉપરનો છુલ્લાળ.—આદાનો રસ ૨. ૧) બાર, ઘોરના પાનને દેવતા ઉપર શેકી દાગેળાવતી ચોળા તેનો રસ કાઢેલો ૨. ૧) બાર, સીમળા ખાર ૨. બા બાર, બંધકોશ ૨. બા બાર, તળા સંગળ ૨. બા બાર, તેમાં ચોખ્ખું ઝોરડીયું ૫. ૫) બાર સુધી શેળીની વચ બને શામના બળ પમાણે મેળવવું ને પાવાથી સાગ બુલાળ થાય છે અને ચુંક વગેરે મટે છે.

અતિસાર કે રામ્બલુખી માટે જાળી—કેસર ૨. બા બાર, કરતુરી ગાસ ૪, અખ્ખર ગાસ ૪, બમ્બર ૧, સોનના વકે ૪, બમ્બરી ૨. બા બાર, લીંડીપીપર ૨. બા બાર, વાંસકપુર તોલો ૧, મસાગચી તોલો ૧, પીપળી મૂળ તોલો બા, પાળી મૂળથી તોલો ૧, બાળીયુ શેર બા, ચુંક તોલો ૧, મરી ૨. બા બાર

પ્રથમ બધીજાને કરાંજો કરી તેને કપડાની મળણીથી કે નાસ' કપડાથી માળી લેવો. કરાંજો રહે તે દેહી દેવો. બીજી સર્વ ગીજો ખાંડી વચગાળ કરી ગળાતી. કરુણાના પાણીને અધડીમાં આગળ ઉપર કસમવાળા વાસળમાં મુકી બળવા દેવું નહિ. ઉપરનો મસાલો સગળ જેટલું જાકું પાણી કરુણાનું રહેથી નીગ કિતારી ઉપરનો ખરિસો મસાલો મેળવવે પાકી તેને ખૂબ મુટવું ને તેની ચોળાએ મઠના રાખા જેવડી ગળાતી. કાંચ થઈ જાય ને ચોળાએ ન તળે તો તેમાં પાણી ન મેળવતાં મસાળબળ મેળવવું. બે ત્રણ વરમના ડોકરાને એક ચોળા આપવા દગલ નથી. આ ચોળા ઉધરમના ફરતેને દિવા કાપ કે આસવાળા દરદાન પળ આપાય છે.

બાળકની વાવલી કે લીંડા રંગના થતા આડાનો ઉપાય—લામકાની કુપ્પા તરવડું કેમળ લાકડું કાચની આંગળી જમ્મા જમ્મે લાઇ તેને દેવતાની મગબતી સોળીની



બરસાતના ઘાલી શેકાવા દેવું. બ્રહ્મા પછી તેને ઝોરમીયા ઉપર ધરી તેનું ૩. ૧) બાક સુધી પાણી ફરવું અને તે બાળકને પાલુ; મટતા સુધી રોજ પાલું. ઉપરના પાણીમાં એકઠો એલત્રીડોડાને ધીમાં તળી પછી ફેલી નાખી વાટી પેલા પાણીમાં મેળવવાથી વધારે મુલ્ય આપે છે.

**બીજો ઉપાય—**બકામ લીમકાનાં પાનને થોડાં બ્રહ્માં. તે ન મળે તો પછી કડવા લીમકાનાં પાન લાવી બ્રહ્માં અને બાળકને થોડીયામાં સુવારી પેટ ઉપર પાન મુકી કપડું વીંટીને એ ત્રણ કલાક રાખવાં આથી પણ ઘણું ફાયદો થાય છે. આ માસિકતા વર્તીનાં સદ્ગત માતૃશ્રી કારીખા જેઓ ૮૩ વરસ ઉપરાંતની વયે મરણ પામ્યાં છે તેઓ પામે સંખ્યાબંધ બાળકોને લઈ તેમની માતાઓ બાળરોગ માટે મુલત્રા આવતી અને તેઓ ધરગતુ ઉપાયો અતાવતાં. ઉપરના ઉપાયો પણ તેમનાજ અતાવેલા મેં લખી રાખ્યા છે દીલગીરીની વાત છે કે હાલની માતાઓ બાળકને સહજ રોગ થતાં ધરણી ઉપાયો ન કરતા બાળકને કેદમાં ધાલી વેધ કે ડોક્ટરને ત્યાં દોડે છે. પણ વિચાર નથી કરતી કે વેધ અગર ડોક્ટર જે દવા આપે તે કરતાં જે માતાઓએ ઘણાં છોકરાં ઉછેરેલાં હોય તેનો અનુભવ કામ આવે છે.

લગભગ ત્રીસ વર્ષ ઉપરાંતથી હું મારા વહીલાવના ધંધા સાથે દરદીઓનાં દરદો દૂર કરવા માટે મારો કેટલોક વખત એ કામમાં રોકું છું. તેમાં એક તો રોગો નિવારણ કરવા માટે કયા રોગમાં કયો ઉપાય કામે લગાડવો તેનો અમને અનુભવ થાય છે અને દરદીઓનાં દર્દ દૂર થવાથી અમને આનંદ થાય છે. અત્યાર સુધીના અનુભવમાં સંખ્યાબંધ દવાઓ અમારા અનુભવમાં આવી છે અને તેની દરેક લખિત નોંધપુસ્તકો અમારી પાસે છે. અમારા કેટલાક ગ્રાહકો ધન્વન્તરિ માસિકમાં દવાઓથી પાનાં બરવા બવામણુ છે છે, પરંતુ અમે સંખ્યાબંધ દવાઓ લખીશું તેથી થતા રોગો અટકવાના નથી. વેદિક માસિકોમાં સંખ્યાબંધ અનુભવી ઉપાયો લખાઈ આવે છે જેને માટે સજ્જન મહારાજો આપ વિચાર કરી જોશે તો તે દવાઓ આજ સુધી વેદિકના લખાવલા અનેક ગ્રંથોમાંના કોઈ પણ ગ્રંથમાંથી મળી આવશે—અને ગ્રંથોમાંની દવા જેણે અજમાવી દરેક તે અનુભવી ઉપાયોના મથાળા નીચે લખી મોકલે છે. મતલબ કહેવતમાં કહે છે તેમ “ખાટલા ઉપરથી ખાટલા ઉપર અને ખાટલા ઉપરથી ખાટલા ઉપર” એમ થાય છે એટલે નવીન વાત કંઈ નવજવામાં આવતી નથી. ચાલુ જમાનામાં દુનિયા આગળ વધે છે ને હાનુરે નવીન શોધો થાય છે. અત્યારે આપણે ચાલુ જમાનામાં થતી શોધો તે ઉપાયો-જાણવાની જરૂર છે. રોગો થયા પછી તેને મટાડવા માટે પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે; પરંતુ દવાઓથી રોગને દવાની દવાના ઉપાયો કરવા કરતાં રોગનાં કારણો દૂર કરી રોગ નાશુદ કરવો એ સર્વોત્તમ ઉપાય છે. ઇંગ્રેજીમાં એક કહેવત છે કે “પ્રિવેન્શન મજ બેટર ધેન ક્યુર” રોગ થયા પછી મટાડવો તેના કરતા રોગ થતો અટકાવવો એ, ઉત્તમમાં ઉત્તમ ઉપાય છે. તેથી અમે અમારા માસિકમાં આગેગમ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવું, રોગોને ન થવા દેવામાં કયા ઉપાયો કામે લગાડના તે લખીએ છીએ તો પણ ગ્રાહકોની સંખ્યાનુસાર આ માસિકમાં અમે અમાગ અનુભવી ઉપાયો પણ લખના રહીશું. ત ની.

## માનસિક શક્તિથી દરદો સાગ્ન કરવાની કળા.

અનુવાદક:—ઈસમાઈલ જમાલ બેલીમ.

શરીરની રચનાનો ખારીકથી અભ્યાસ કરતાં જણાય છે કે આપણું શરીર દરદોની સામા થવાની અથવા સાલ્ગું કરવાની કુદરતી શક્તિ ધરાવે છે. દાખલા તરીકે જો આપણને નાનો જન્મ થયો હોય તો તેની ઉપર પોતાની મેળે પડ બંધાશે, પછી તે પડ નિકળી જશે; અને નવી આમડી પોતાની મેળે આવશે. દવા દારૂ વગર આ સ્વચ્છું થાય છે. જો એક હાડકું બાંધ્યું હોય તો તે કંઈપણ દવા વગર પોતાની મેળે સંધાઈ જાય છે. જો કંઈ શરદી થઈ હશે તો સ્વતઃ જે ત્રણ દિવસમાં નીકળી જશે. આ પ્રમાણે દવા દારૂ વગર ચોક્કસ મનની અસરથી કુખ દરદો પોતાની મેળે સાગ્ન થાય છે; અને આ ઉપરથી જણાય છે કે આપણું શરીર કુખ દરદો સાગ્ન કરવાની કુદરતી શક્તિ ધરાવે છે. એ કુદરતી શક્તિને વૈદ્યક-શાસ્ત્રીઓ "The Vis Medicatrix Naturæ" or "The Self Preserving instinct" કહે છે અને માનસિક શાસ્ત્રીઓ તેને છુપા મન (subjective-unconscious mind) તરીકે ઓળખે છે. આપણે હાલ તરત જણાવ્યું કે ડૉક્ટરો કાંઈ દરદો સાગ્ન કરતા નથી, પણ એ છુપા મનની અસરથી સાગ્ન થાય છે. તખીઓ તો ફક્ત એ છુપા મનને પોતાનું કાર્ય કરવાને સરળતા કરી આપે છે; અર્થાત્ કુદરતી શક્તિને મદદ કરે છે. હોપ્કિન્સ નામનો એક વૈદ્ય ફિલસૂફ લખે છે કે:—કુદરત દરદોનાં સક્રીય મોટાં તખીય છે. સ્પીડનહમ લખે છે કે:—આપણી બુદ્ધિ એમ કહે છે કે દરદ એ કોઈ નહિ પણ કુદરતની મોટી કોશિષ છે; જે વડે દરદીની તન્દુરતીને માટે શરીરનો દરેક ભાગડો બદલ નિકળી જાય છે. જો શરીર દરદમાંથી પાછું તન્દુરસ્ત થવાની કુદરતી શક્તિ ન ધરાવતું હોય તો દરદ મટાડવાના દરેક ઉત્તર નકામાજ છે. ડૉ. એમ હુસ પણ આ પ્રમાણે મત આપે છે. "The body does possess a means and mechanism for modifying or neutralising influences which it cannot directly overcome."

ડૉ. સ્કોફીલ્ડ લખે છે કે:—શરીરના જુદા જુદા ભાગપર જે બુદ્ધિબળ (intelligence), સત્તા ભાગવે છે તેનો બહુજ યોડો ખ્યાલ શરીરની રચના અને ક્રિયા (physiology) આપે છે. આપણાં હાડકાં સુઢાં એ બુદ્ધિબળથી કુખ દરદોની વખતે જે ભાગને લાકમની જરૂર છે તે ભાગને તે જોઇતા પ્રમાણમાં પુરો પાડે છે.

શરીરના અવયવ પોતાને લગતી ચીજો ખોરાકમાંથી અને શરીરમાંથી પસંદ કરી લેખને દરેક અવયવ ચોક્કસ પ્રકારનું બુદ્ધિબળ દેખાડે છે. જ્યારે શરીરમાં ખરાબ જંતુ જાય છે ત્યારે તેઓને મારી નાખવા શરીરમાંના કૅટલાક આણું (cells or corpuscles) તે જંતુઓ આગળ એકઠાં થઈ તેઓ સાથે લડત ચલાવે છે તે ઉપરથી માલુમ પડે છે કે શરીર કુખ દરદો માટે ખ્યાલ કરવાની અજગ કુદરતી શક્તિ ધરાવે છે, શરીરની કંડી ગરમી પણ શરીરની હાલતના પ્રમાણમાં વધતી ઝોઝી થાય છે. જો શરીરમાં કંઈ ઝેરી ચીજ ગઈ હોય છે તો તે ઝેર શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાખવા શરીરમાં ખૂબ ગરમી વિકસ થાય છે; એટલે આપણને વાવ જાણે જે નથી તે ઝેર બહાર મીકળી પડે છે.

તેના ઉપર Suggestion (સૂચના શક્તિ-દોષાતન) કાણુ ધરાવે છે. જેથી સૂચના શક્તિથી આપણે મરજી પ્રમાણે કોઈપણ ભાગ ઉપર અસર કરી શકીએ છીએ.

શરીરમાં દરેક ભાગનાં દરેક મનની ચોક્કસ સ્થિતિ પ્રમાણે ધ્યાનથી ઉત્પન્ન કરી શકાય છે. શરીરના ચોક્કસ ભાગ ઉપર મનની એકાગ્રતા અથવા ધ્યાનથી દરદ તે ભાગમાં વધે છે, અથવા તો ચોક્કસ સ્વભાવ વાળા માણસમાં ઉત્પન્ન થાય છે.

ડૉ. ડમલ્સ. કારપેન્ટર જણાવે છે કે જો ચોક્કસ શરીરના ભાગ ઉપર મનશક્તિ જુસ્સા વગર દોડાવી હોય તે તે ચોક્કસ લાગણીઓ ઉત્પન્ન કરવાને પુરતી છે; જે લાગણી તે ભાગમાં લોહીના ફરવાની રીતમાં ફેરફાર થવાનું કારણ છે. અને જો એ સ્થિતિ મનના આકર્ષણથી ચાલુ રાખી હોય તો ફેરફાર તે ભાગના કાર્યમાં થાય એટલુંજ નહિ પણ તે ભાગના પેયજીમાં પણ થાય છે; જેથી જેઓના મનની સ્થિતિ એવી હોય છે કે જેઓની ઉપર તેઓ ખુબ વિચાર કર્યા કરે તો તેઓનું દરદ વધે છે.

ડૉ. ટયુકના કહેવા પ્રમાણે જો હોઝરી Stomach ઉપર ધ્યાન એકાગ્ર કરવામાં આવે તો હોઝરીમાં ખોરાકનો ભાર વધારે, અથવા પાચન શક્તિ બગાડે. એવેની, દુઃખાવો, અને એવી બીજા પ્રકારની લાગણી દરેક અવયવમાં એ રીતે ઉત્પન્ન કરી શકાય છે. જો હૃદય Heart ઉપર વિચાર કાઢે હોય તો તેના નિયમિત કાનને ગુચ્છવણમાં નષ્ટ છે. એ ખરેખર છે કે જુસ્સા વાળી હાલત તેની ઉપર વધારે જલદી અસર કરે છે પણ જો ફક્ત તેના ધમકારા ઉપરજ ધ્યાન દેવામાં આવે તો કેટલીક વખતે હૃદયમાં અડચણ અને દુઃખ પેદા થાય છે.

જો દરદી ભાગ પર આપણું ધ્યાન હોય છે તોજ દુઃખ ઉત્પન્ન થાય છે. નહીંતો દુઃખ જેની ચીજ હસતી ધરાવતી નથી. દાખલા તરીકે ધારો કે કોઈની દાદ દુઃખે છે અને તે બિઝાના ઉપર પડ્યો છે દરમ્યાન તેનું ધર બળું અને શોરબંકાર થયો કે તુરતજ પેલા દરદીનું ધ્યાન ત્યાં ગયું તે ઉકર્યો અને નાડો અને બળતા ધર તરફ તેનું ધ્યાન રોકાયું અને પોતાની દાદ દુઃખતી હતી તેનું ભાન એને ન રહ્યું. લગાઇમાં અખત ઝપાઝપી ચાલતી હોય છે ત્યારે ગમે તેટલા જખમની લડવાઓને ખખર પડતી નથી પણ જ્યારે લગાઇ બંધ પડે અને લગાઇપરથી તેનું ચિત્ત હટે ત્યારેજ પોતાના ધાની અસર જણાય છે. આ ઉપરથી સાબીત થાય છે કે જો ધ્યાન એક જાગ્રૂ ગેશાય તો પોતાના દરદની ખખર પડતી નથી.

જોન હન્ટર જણાવે છે કે—I am confident that I can fix my attention on any part until I have a sensation in that part. આ અથવા નખલા દલીલો પરથી એમ સાબિત થાય છે કે જો આપણું ધ્યાન શરીરના ચોક્કસ ભાગ ઉપર રોકી રાખીએ તો તેમાં મરજી પ્રમાણે અસર કરી શકીએ છીએ. જો દુઃખ દરદની વિચારથી દુઃખ દરદ પર ધ્યાન રાખીએ તો તે વધે છે તેથીજ જો સૂચના Suggestion શરીરના ચોક્કસ ભાગને કરવામાં આવે તો તે ભાગમાં તેવીજ અસર થાય છે સૂચના-શક્તિ એ કંઈ નહિ પણ વિચારશક્તિજ છે. સૂચનાશાસ્ત્રનો એક એવો નિયમ છે કે હમેશાં સારી સૂચના કર્યા કરવી; જો આપણને દુઃખ દરદ હોય તો દુઃખ દરદ ઉપર વિચાર ન કરતા “દુઃ તન્દુરસ્ત્યુ” એવો વિચાર રાખવાથી શરીરની ગતિમાં ફેરફાર થઈ તન્દુરસ્તી નપે છે; પણ ફક્ત “દુઃ તન્દુરસ્ત્યુ” એ વિચારથી કોઈ જિવન પણ તન્દુરસ્ત

ચવાય નહિ. પણ એ સૂચના કરતી વખતે કલ્પનાશક્તિ imagination એકાગ્રતા concentration અને ઇચ્છાશક્તિ Will Power એ ત્રણ શક્તિઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તોજ હું તંદુરસ્ત છું એવી સૂચના અસર કરી શકે છે. હવે એ ત્રણે શક્તિઓનો કેમ ઉપયોગ કરવો તે જોઈએ.

પ્રથમ હું તંદુરસ્ત છું એવી સૂચનાને કલ્પના શક્તિ (Imagination) માં ફેરવી નાખવી જોઈએ, એટલે કે તંદુરસ્તીને કલ્પવી જોઈએ. આપણે હુમ્મ દરદની હાલત વિસરી જઈ તંદુરસ્ત હોઈએ તો કેવા જોરાવર અને મજબૂત હોઈએ, એમાં સપ્તર્ષાં ચિત્ર મનમાં કલ્પવાં જોઈએ, કોઈ જોરાવર પહેલવાન આદમીનો ખ્યાલ કરવો, અને આપણે પણ એ પહેલવાન નવા હોઈએ એવી દૃષ્ટનાશક્તિ વાપરવી. આ સઘળા ખ્યાલોને એકાગ્ર (Concentrate) કરવાની જરૂર છે; એટલે આપણે તંદુરસ્ત છીએ, જોરાવર છીએ, એમ કલ્પનાશક્તિના ધ્યાનમાં એવી રીતે પડવું કે જાણે આવી તરેહનું આપણે કોઈ સ્વપ્ન જોઈએ છીએ; અને આપણી કલ્પનાશક્તિ તથા એકાગ્રતાને પુષ્ટિ આપવા ઇચ્છાશક્તિ Will Power નો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે. એટલે કે તંદુરસ્ત થવા જોરાવર મજબૂત અને મજબૂત દેખાડવી જોઈએ. એટલે આપણી ઇચ્છા અથવા મજબૂત જટલી યજ્ઞવાન હશે તેટલી જલદીથી તંદુરસ્તી મેળવી શકાશે. ત્યારે હુમ્મ દરદની વખતે “હું તંદુરસ્ત છું,” એવી સૂચના કલ્પવી જોઈએ.

આ પ્રમાણે તંદુરસ્તીને સારી રીતે દૃષ્ટવાથી હુમ્મ દરદ ઉપરથી ધ્યાન જતું રહે છે. જો હુમ્મ દરદ પરથી આપણું ધ્યાન ન હટ્યું હોય તો કોઈ બીજી શક્તિ વાપરવી જોઈએ; જેની કે સંગીત. જો હુમ્મી દરદી મદુબ્ય આગળ મધુર સ્વરથી વાજીત અને મોહથી ગાયન રજી કરવામાં આવે તો ખરેખર હુમ્મ દરદી પરથી ધ્યાન જતું રહે છે; એટલુંજ નહિ પણ મધુર રાગથી શરીરમાં શાન્તિ ઉત્પન્ન કરી લેાહીનું ફરવું નિયમિત કરે છે. હુમ્મ દરદીને સાબિત કરવા માટે એ ચીજની અગત્ય છે; એકતો હુમ્મ દરદ પરથી ધ્યાન જતું રહેવું અને બીજું લોહીનું ફરવું નિયમિત થવું. એ એ મનની સ્થિતિ મધુર રાગથી પુરી પાડે છે. આપણા કમનસીબે ગાયનોની અસરથી દરદી સાબિત કરવાની વિદ્યા આપણામાંથી શુભ થઈ ગઈ છે; જોઓએ મહાન હિતાલેથી મધુર ગાયન સાંભળ્યાં હશે, તેઓ જાણતાં હશે કે ઉત્તમ ગાયન હુમ્મ દરદી સાબિત કરે છે; એટલુંજ નહિ પણ આપણને આ દુનિયામાં સ્વર્ગીય આનંદ આપે છે.

હુમ્મ દરદી પરથી ધ્યાન કોઈ સારા માણસ સાથે વાતચીત કરતાં દૂર થાય છે; અથવા તો રસીલી વાતો દરદી પાસે કરવાથી દૂર થાય છે. કેટલીક વખતે મન બહુજ નજીક પડી ગયું હોય છે, તો દવા પીવાની જરૂર પડે છે. “આવી રીતે હું જલદી સાબિત થઈ શકું” એવી સૂચનાથી, દવા પીવાથી દવા બહુજ અસર કરે છે. આ દવા બહુજ અસરકારક છે એમ કલ્પવું જોઈએ.

હુમ્મ દરદની વખતે સ્વભાવ શાન્ત ગમવાની કોશિષ કરવી જોઈએ. પોતાના સ્વભાવને ખુશ મિનજી બનાવવાની દરેક દરદીની ફરજ છે. બીજાવાદ અથવા ગુસ્સો શરીરમાં ઝેર ઉત્પન્ન કરે છે. અને ખુશમિનજી શરીરમાં લોહીને વધારે છે; અને નિયમિત બનાવે છે. જો એક દરદીના બેભાન અને મનને ઈચ્છા હાલતમાં રાખવામાં આવે, સપ્તર્ષાં મનને ખીન.

વાટ ઉપજે તેવા દેખાવોને દૂર કરવામાં આવે, અને તેનું ધ્યાન આવી દિલગીરી ભરી નીચ હાલતમાંથી ખુશાલી ભરી હાલતમાં રાખવામાં આવે, તો તે દરદીને મરણુ તોલ હાલતમાં જીવનશક્તિ આપી શકાય. સારી આશા અને ખુશમિનનજ શરીરના દરેક અણુ Cell ને તંદુરસ્ત બનાવવાને પુરતા છે. આપણે બધીજી છીએ કે ખુશાલી ભરેલા મનના જુસ્સા આપણી નમોને લોહીથી પૂર કરે છે.

કેટલીક વખતે હસવાથી દરદ સાજા થાય છે. એક હોસ્પીટલના વૉર્ડમાં બે દરદી હતા, અને તે બન્ને બહુ ધારતી ભરેલી હાલતમાં હોવાથી આખી રાતના ચોકસી કરનાર માણસ ( વૉર્ડ બૉય ) અને નર્સ રાતના ઉઘમાં પડ્યા. એક દરદીએ ઘડીઆળમાં જોયું તો સામાવાળા દરદીને દવા પીવાનો વખત થઇ ગયો છે પણ તેના ગળામાં ગાંઠ હોવાથી તે બોલી શક્યો નહિ, તેથી પોતાના મિત્રનાનો તકીઓ કાઢી પેલા વૉર્ડ બૉયના મોંદા ઉપર ફેંક્યો. આથી વૉર્ડ બૉય ચોકીને ઉઠ્યો અને ફૂંકેા મારી ઉઘમાં પેલી બન્ને નર્સો ઉપર જઇ પડ્યો જેથી નર્સો પણ ચોકી ઉઠી આમતેમ નાસભાગ કરવા લાગી. આ દેખાવ પેલા બન્ને દરદીઓને એટલે બધો રમુજ લાગ્યો કે બેડનજી પેટ પકડીને હસવા લાગ્યા અને બંન્ને રાવારમા ડૉક્ટર આવ્યો ત્યારે આ બન્ને દરદીને બહુ સાજા થયેલા જોયા. ખુશાલ સ્વભાવ માણસને કેટલા જલદી સાજા કરે છે તે આપણે પૂરતી રીતે જાણ્યું. તેથી સૂચનાશક્તિ વાપરતા ખુશાલ રહેવું એ અગત્યનું છે.

“ હું તંદુરસ્ત છું ” એવી સૂચના કદી ઉઘી જવાથી ઉઘમાં તે સૂચના પોતાની ખસર કરે છે, તે સૂચનાશક્તિને બીજો કાયદો છે કે આપણે જે હાલતમાં આવ્યા માનતા હોઇએ તે હાલતમાં છીએ એમ કદપું જોઇએ. “ હું તંદુરસ્ત થઇશ ” એવી સૂચના કરવી નહિ પણ “ હું તંદુરસ્ત છું ” એવી સૂચના રાત દિવસ ચાલુ રાખવી.

## ૨૫.—Tea,

લેખક:—મ'ગલ-ગોંડલકર—મુંબઈ.

અમારે જ્યાં જુઓ ત્યાં ચા, ચાને ચાજ જોવાય છે પણ ચાહ તો ક્યાં જોવામાં આવતો જ નથી. અમે ચાહ માટે મરી પીટનારા, ચાહ માટે અમારું સર્વસ્વ દેનારા અને છેવટે ચાહ માટે અમારું બલિદાન પાને ભોગ આપવા પણ તત્પર તેને ચાહને બદલે ચા મળે છે. જ્યાં જઇએ ત્યાં ચાહની ઝાંખના કરનાગને ચાજ જોવામાં આવે છે ત્યારે ચાહ રહેજ ક્યાંથી. આથી કેટલી તુકલાની છે તે પીનારા જાણે છે પણ ન છુટકે પીએ છે. અમારા ખીલમાઠડી જેવાં શરીર થાય છે, ખોરાક કમી થાય છે, ચાલતાં ટેમ લાગતાં શરીર લથડી જાય છે, સાહસીક અને હિમતનું કામ કરતાં નાહિમત થઇ જઇએ છીએ, તે બધાં બાળપણની ગમધુધી ચાનાં પરિણામ છે. “ જાણુ ઉઠ્યો જરા ચા પાવ, ફાંકો રડે છે આ પીશે એટલે છાંના રહેશે રામા મકડે વા, કાકુલા જરા ચાવ મેડવ વે.” આમ જ્યાં જુઓ ત્યાં ચાવ ધુમી રડી છે ત્યાં અમારાં શરીર ક્યાંથી સારાં દોષ ? વળા બધુરામાં પુરું ક્ષય વાગુ થાય, ધાતુની ક્ષીણતા ક્ષય, નીર્બળ પાતળાપણું થાય, સ્વપ્નામાં ધાત મન. આ પમાણે દરેક પ્રકારે શરીરને હાનિઓ પહોંચે છે તે છતાં ચાવ ચાલી જોડાતી નથી.

હું મંવત ૧૯૬૮ ના આસો માસમાં સુરત હતો. ત્યાં જોત જોતામાં મારે વીશેક સુરતી મિત્રો થયા જે એટલા બધા માયાળુ કે વાતજ નહિં. જેને ત્યાં બંધાયે તેને ત્યાં તુરતજ ચાં તૈયાર જતાં અને ઉઠતાં જે વખત ચા મળે. હું તો અન્યથા થયો કે શું આ સોડો ઘેર પણ હોટલોજ કરી બેઠા છે કે શું ? હું ના પાડું તે છતાં ફરજિયાત મારે પીવી પડે. એતો કીક પણ રસ્તામાં જ મળે તે કહે કે ચાલો જરા ચાપ પીતા જાવ. મારે ત્યાં મળવા આવે તો હું ના પાડું તો જાતે મારો રૂઝ સળગાવી પૈસા ખીસામાંથી કાઢી દૂધ મંગાવી તૈયાર કરે અને કપ્પલ કપ થાય. આ પ્રમાણે મારે દિવસમાં કોઈ દિવસ નહિં પીનારને ૨૦-૨૫ વખત ચા પીવી પડે. પંદર દિવસે સખત મરડો લાગુ થયો. ઘણી દવા કરી તેઓ કંટાળ્યા પણ ફેર નહિ. ચોવીસ કલાકમાં ૬૦-૭૦ વખત જવું પડે. છેવટે એક જાળ વેદ (જેનું નામ હું જાણી ગયો છું) પાસે જતાં માત્ર નાહી જોઈ દહીં આપ્યું કે તમારી નાહીમાં પાણી ભેલો છે. તમે ચા અને કાંતો કલીંગર બહુ લો છો. તેની દવાથી મને ત્રણ દિવસે તદન આરામ થઈ ગયો.

અમે ધનતેરસને દહાડે વેડલા ગામ જે સુરતથી નીચુંક રેશન છે (નાનું ગામકું) ત્યાં હું અને એક મિત્ર ગયા. ખીલઓ સવારે વેલા ગયા હતા, અમે જોયારના ગયા. હવે મારા મિત્ર અ. ન. શેઠ ચા પીધા વિના ચડ્યા ત્યાં રેશને ઉતર્યા અને ચાની યાદી આવી. જોઈ લો મન. ખલાસ પગજ ન ઉપડે. રેશન મરતરને કહ્યું કે કોઈ રીતે એક કપની સગવડ કરી આપો. ઘરમાં તપાસ કર્યો કે આજેજ ખલાસ થયો છે ઉભો ખાલી છે. દિલગીર છું. પણ ગામમાં કદાચ મળશે. મહામહેનતે ગામમાં ગયા તો ત્યાં પણ તેજ દામ. હવે મી. શેઠ તો તદન આચક્રા થયા ત્યાંથી દોઢ ગાઉ દુર જવાનું હતું. આવનારા સામા આવેલા નહિં. હું છેવટે સામે તપાસ કરવા ગયો તો તે સોડો મારતી ગાડીએ આવતા હતા. મી. શેઠને ગામમાં બેસાડ્યા અને ઘેર ગયા ચા તૈયાર હતી, પીધી ત્યારે શાન્તિ થઈ.

મારા એક મુખમના મિત્ર ( દલાલ ) અહિં આવેલ એક વખત ઘેર ચા જરાગર ન થઈ. મન ન આવી. માથું દુઃખવા આવ્યું છેવટે હોટલમાં લઈ જઈ કંક ચા પાર્ક ત્યારે શાન્તિ થઈ.

ખીલ, મારા એક મિત્ર મી. L. M. S. ચાનો ઉભો લેવા નીકળ્યા લીપટનના પીળા ડાબો આવ સખત હતો. લાલ લેવા કહ્યું તો તે કહે કે તદન નકમો, જમણો જોઈએ. છેવટે વધુ દામ આપી લીપટનનો ચા લીધો તેને પણ એક વખત ચા ઝોછી મળવાથી માથું દુખવા આવેલ.

ફરી એક વખત મારા મિત્ર મી. દલાલને તેજોજ પ્રસંગ આવેલો. તેને અંતરનો ધા લાગવા છતાં ચા વિસરી ન શકાઈ. ઘેર તો ચાપ તેમ નહોતું. માથું ચડી આવ્યું સવારના ચા મળી નહોતી. વળી ખોરાક પણ તદન સહો મળ્યો હતો કારણ સ્મશાન જૂમિયે ગયા હતા અને આંતરિક ધા જે ફરી ન રૂઝાય તેજો હતો તોપણ ચાપ વિના માથું દુઃખવા લાગ્યું પગ ફરવા લાગ્યા. છેવટે તેમને રૂઝાંચ ચા હોટલમાં પાયો ત્યારેજ શાન્તિ થઈ.

ચાપની લત બંદરવાળાઓને વિશેષ હોય છે. હું મારા મિત્ર મી. L. M. S. ને ત્યાં ગયો હતો તો જમવાની તાજુ રહી પણ ચાપની તાજુ થઈ ચા મે વખત પીયો પડ્યો.

આત્મારે જમણુ ગયાં અને હઠાળા રહ્યા તે માટે દરેકને તે લ'છેનો લાગ્યાં છે. અમારા ગોડવર્ધા સંવત ૧૯૬૫-૬૬ માં ચાતું જોર બીલકુલ નહોતું એક માણસે હોટલ કરી તો ભાંગી પડી પણ આત્મારે બાર હિંદુ હોટલો અને ત્રણ ચાર કીટલીવાળા ફેરી કરે છે. પાંચ છ મુસલમાન હોટલો છે અને ચાર પાંચ કીટલી ફેરે છે. ત્યારે ચાતું જોર કેટલું થયું તે જોવાનું છે.

ચામાં એકંદર રીતે અશીલુનો ખાસ આવે છે પણ અચુક ખાસ પેટનું દુખાઓમાં તો જલ્દી વપરાસ થાય, સારો હિસાબ થવાની ખાતર ખાસ અશીલુ નાંખવામાં આવે છે એમ પુસ્તકાર થાય છે. નહિં તો શા માટે બીજો ચા કે છુટ્ટી ન ચાલે અને તેજ નાતું જોઈએ ? જેમ અને તેમ ચા ઓછો થાય તો સાફ. દુધ્ય મારી પેકે હરકત ન પડે તે માટે કોઈ કોઈ દિવસે લેવો પણ આમ અશીલુવા જેવું ન થવા મારી વિનંતિ છે. આત્મારે ચાપતું જોર છે તે એકદમ છોડી શકશે તો નહિ પણ રક્તે રક્તે બંધ થાય તો સાફ. એજ છ'ગા.  
તા. ૬.

બાદા ચા પીનારા અને તેના બંધાણીઓના ઘણાઓના સહવાસમાં હું આવેલો છું તેઓના શરીરનું બધારણ તદ્દન દુર્બળ અને મગજ પણ નબળું જણાય છે. કેટલાકનું મગજ તો બીલકુલ કામ કરી શકતું નથી. જે મેં શુક્રપાત અને ક્ષયને માટે આગળ જણાવેલ છે તેને માટે બે વર્ષ પહેલાં જેનું શરીર કંઈક સાફ હતું તે કુટુંબના કદુ સપ્તો, ધરતો બોળે અને વ્યવહારિક કામના સખત દુખાણને લીધે બન્ને દર્દી પીકાતો મારી પાસે આવેલ જે મારો મિત્ર થાય છે. મેં તેને શુક્રપાતને માટે, મગજની જમણા માટે દવા આપેલી તેમજ ક્ષય માટે પણ દવા સાથે તેને આનંદમાં રાખવા બનતું હતું પણ દિવપ્રતિદિન સ્થિતિ ઘેરાતી જાય છે. વડીલોનો ત્રાસ એટલો છે કે તે આનંદ શું તે સમજી શકે તેમ નથી. આત્મારે તે માણસ ક્ષયની ફરતે રહેજામાં છે અને બે ત્રણ માસ જતામાં એક-કમાં આવશે. તેને મેં ઘણી બલામણી કરી છે પણ ચા બિવિધ ફેરવશેજ. ચાપના અર્તિ સહવાસમાં રહેવાથી કેવું પરિણામ આવશે તેથી આપણે અગાળ રહી વધુ પાસે જઈએ છીએ. હજુ આ મારો મિત્ર અવિવાદિત છે. બે તેના વાંચવામાં આલેખ આવે તો તેણે બે વર્ષ લમ માટે થોભી જવું કે બીજાનું ભવિષ્ય ખરાબ ન થાય. અને દરેક બંધુને મારી નમ વિનંતિ છે કે જેમ બને તેમ ચાપના ઓછો સહવાસી થવા પ્રયત્ન કરો. એજ.

## વીલપાવર ચાને દ્રઢ સંકલ્પનું બળ.

લેખક:—રા. રણછોડાસ દવાગ્રામ પારેખ.

વીલપાવરથી શું ન થઈ શકે ? ગમે એવું મદામારન કાર્ય પણ વીલપાવરથી અશક્ય નથી. આ “ધન્વન્તરિ” માસિકના સુગ અને બાકોચ અધિપતિ શ્રીયુત ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વડીલે “દેવી અદ્ભૂત ચમત્કાર” ની પોતાની ગ્લેલી છુકમાં એ સખંધી નાત અનુભવની અને બીજી કેટલીએક દગીસ્તોથી ભરપુર બીનાઓ નિષ્પક્ષપણે જણાવેલી છે. અમે ૬૮ મંદકંપ બળ સખધે કંઈક લખનારાજ દતા, નેવામાં હિત મદાશયની રચેલી છક વાંચવામાં આપતાં પછે આનંદ થયો છે અને અમારી માન્યતાને પણ ધજો અંશે રેકો મળ્યો છે.

માર્ચકાટ જ્યારે નાનો હતો ત્યારે મહાન ચિત્રકાર રેનાલ્ડ્સ તરફ એટલો તો મરી-  
 શીટો ને તેના જેવા થવા ઇચ્છતો કે, એક મેળાવડામાં જેમ તેમ ટોળાંમાંથી જઈને તેના  
 ડગલાને જરા હાથ લગાડી આવ્યો, ને તે પછી તેણે મજબુતીથી માની લીધું કે તેના  
 જેવો તે થવાનો જ ! પરંપરા તેટલો નહીં તો ઘણું દરજ્જો તે પ્રખ્યાત થઈ શક્યો હતો.  
 વળી જેનરલ જ્યોર્જ વોશીંગ્ટન પોતાને ગામથી અમેરીકનો તરફથી લડવાને નિકળી ચૂંક્યો  
 છે એટલી ખૂબર માત્રથી જ અમેરીકન લશ્કરને હિંમત આવતી અને ઘણીએ લડાઈઓ  
 જીતી શક્યા હતા. કારણ કે તેનામાં લોકોને ચેકીન અને ઘડા હતા. ઝીરકાની ખડાદુરી  
 અને હિંમતના ખ્યાનથી બોહીમિયનો એટલા યુદ્ધમાં આવતા હતા કે, તેણે પોતાના મરણ-  
 ખાદ લડાઈનું પડખમ બનાવવા માટે પોતાના શરીરનું ચામડું વાપરવાનું વસિયત કર્યું હતું !  
 કે તેના નામની હિંમતથી સિપાઈઓ ઠદી નાદિમત થાય નહિ. એ બધું તો કીક છે; પણ  
 જ્યારે એપીરસનો સાહજનદો સેંદરભેગ મરી ગયો ત્યારે તુર્કી લોકોએ તેનાં હાડકે હાડકાંની ન્હાની  
 ન્હાની-કટકી કરી પોતાના અંતઃકરણ ઉપર લટકાવી એવો દ્રઢ વિશ્વાસ રાખ્યો હતો કે,  
 એમના જેવી હિંમત અને શૌર્ય તેમનામાં પણ આવે ! ! પરંપરા, આ વિશ્વાસથી તુર્કીઓ  
 ઘણી લડાઈ જીત્યા હતા; કેમકે તેમના મનને સંકલ્પ દ્રઢ હતો.

દલગાસ પોતાની છાતી ઉપર ખુસનું અંતઃકરણ લટકાવીને ફરતો હતો. જ્યારે હોલી-  
 લેન્ડમાં પોતાના એક સરદારને ઘેરાયેલો દોડો ત્યારે રૂપેરી દાખડી, જેમાં પેલું ખુસનું હૃદય  
 ધાલેલું હતું, તે દાખડી ટોળામાં ફેંકી બોલ્યો, “ મરતું કે મારતું ! ખસ ધસો ? આ પવિત્ર  
 અને હિંમત આપનારી ચીજ તમારું રક્ષણ કરશે ? ” લશ્કરે ધાર્યું કે, દગલાસે, આપણો  
 વિજય થવા માટે અને રક્ષણ થવા માટે કોઈ પવિત્ર ચીજ આપણી ઉપર નોંખી છે જેથી  
 જીવંત વિજય થવાતો ! ! નિરાશ થએલું લશ્કર દ્રઢ વિશ્વાસને લીધે દગલાસના જેવા જ  
 શૌર્યથી ક્ષત્ર્યું ને વિજય કર્યો ! !

ઉપરના દ્રષ્ટાંતોથી સિદ્ધ થાય છે કે, દ્રઢ સંકલ્પવાળા માણસોને અશુભ શબ્દ શું છે  
 તેનું લેશ પણ જ્ઞાન ન હોય. આપણાં જાળકોને ન્હાનપણથી જ આપણે “ આતો ત્હારાથી  
 ન થાય. નહને વાગશે-આ કાપે કાંઈ સહેલું નથી-ઇં શબ્દો વડે આત્મહત્યાસ કરી મૂકેલા  
 હોય છે જેને પરિણામે મોટપણે તેઓમાં હિંસાદ-આનદ-અને સ્વતંત્ર વિચારશક્તિનું પ્રાપ્ત-  
 થય બાળેજી બેવામાં આવે છે.

જે જાળકો બચપણમાં અંગ્રજ, આર્નહો અને નિડર જેવામાં આવતાં હતાં તેઓ  
 ખીકણ, નમાણાં-જાળસુ અને મૂર્ખ અને બેચેન સ્વભાવનાં થઈ જાય છે એમાં હોય કેનો ?  
 કેટલાકો એમાં દેવને માથે દોષ મૂકે છે અને પોતે જાણે નિર્દોષ હોઈને જાળકોના હિત-  
 કર્તા હોય તેમ પાછળથી તેઓને સુધારવાને ભગીરથ પ્રયત્ન કરે છે. પણ તેમાં શું વળે ?  
 “ જુલેસે બગડી હોજસે નહિ સુવરે. ” તે પ્રમાણે ન્હાનપણમાં આપેલો અસુસ્થ (!)  
 ઉપદેશ મોટપણે ફળિયુત થાય જ. આજે એવા ઘણા માણસો જેવામાં આવે છે કે, જેઓમાં  
 ખુદિનું-વિદ્યાનું-હુનરનું અને કુશિયારીનું બધું જોઈએ તેટલું હોવા છતાં “ મહારાથી શું  
 થનાર છે ? અલુક કાર્ય નો આપણથી નજ થાય ? ” ઇં વાગ્યો નમાલા યંદને કહેતા ફરે  
 છે. દ્રઢ સંકલ્પ માને આભિકબલ ઉપર આધાર રાખીને તેઓની ખુદિ-વિદ્યા અને કુશિયા-  
 રીનો વ્યય જો ‘ શું માર્ગ ’ કરે તો દેશને ઉન્નતિના ડોચે લાવવામાં તેઓ કેટલા બધા



મદદગાર થઈ શકે એમ છે ? આહોંઆ 'શુભ માર્ગે' એ શબ્દ લખવાનું પ્રયોજન એ જ કે, કલ્પનાના વખતમાં તણાઈને ધણાએ સમર્થ વિદ્વાનોએ પોતાનું મનોબળ અશુભ માર્ગે વહેવરાવીને પોતાના જ્ઞાન સુદ્ધાંતુ' નિકદન કર્યું છે, અને જગતમાં હાંસીને પાત્ર થયા છે. એ માટે કેટલાંએક દ્રષ્ટાંતો રજૂ કરવા યોગ્ય ધાર્ડું છે જેથી યોગ્ય અને અયોગ્ય મનોબળ કેવી રીતનું-હોઈ શકે તેના ખ્યાલે વાંચકોને સ્હેલાઈથી આવી શકે.

લોહી લીટલટનને એવોજ વિચાર મજાસુતાઈથી બંધાઈ ગયો હતો કે, અમુક દિવસે અને અમુક કલાકે અમુક રીતે મોત આવીને ઉછું રહેશે. આવી માન્યતાને લીધે બેશક, તે જ ધડીએ અને તે જ કલાકે તે મરણ પામ્યો હતો. એક માણસને માટે એવી નોંધ થંએલી છે કે, તેને લોહીહુલાણ કરીને પ્રાણ લેવાની સજા થયા પછી, એવું ઠરાવવામાં આવ્યું હતું કે, તે સજા અમલમાં મૂકવાને બદલે જ્યારે તેને ફાંસીના માંચડા ઉપર ચઢાવી આંખે કાળો પાટો બાંધવામાં આવે ત્યાર પછી તેની ગરદન પરથી પાણી ટપકાવવું. એ પ્રમાણે કાંઈ પણ સજાવડે તેને લોહીહુલાણ કરવાને બદલે જ્યારે તેના હાથો ઉપરથી પાણીના રેલા પડવા લાગ્યા, ત્યારે આખે અધારી બાંધેલા તે પુરૂષે એમ જ માની લીધું કે, તેને કાપવામાં આવ્યો છે અને ધરાધર લોહી વહે છે, અને હું હવે મરી જવાનો !! ખરેખર, મનથી માની લેવાથી તે બાપડાએ વગર કારણે પ્રાણ ખોલ્યો. આવો જ એક જનાવ એક કમનશીબ માણસ વિષે વાંચવામાં આવ્યો છે. જ્યારે તેનું માથું છુંદી નાંખી પ્રાણ લેવાની સજા કરવામાં આવી અને જ્યારે મારાએ માથું છુંદવાના ટોચડા ઉપર તેનું માથું મૂકાવ્યું ત્યારે હજી તો કુહાડી ઉંચડી માથું ભાંખવામાં આવત એટલામાં તેના ઉપરની દેહાંત શિક્ષા મુંલતવી રાખવાનો હુકમ થયો. એ હુકમ પણ પેલા કમનશીબે સાંભળ્યો નહિ અને તેના માથા ઉપર જણે કુહાડી મારવામાં આવીજ હોયની તેમ શોક ખાઈને તુર્તજ મરણ પામ્યો; જો કે તેને હજી કુહાડી તો મારી પણ નહોતી !

“ દુનિયાની આસપાસ મુસાફરી ” (વોએજ રાઉન્ડ ધી વર્લ્ડ) નામની લેક્સીકોની ફેતાબમાં એક ટેકાણે એવો હેવાલ આવેલો છે કે, સેન્ડવીચના ટાપુઓમાં એક ધર્મી પ્રજા વસે છે. તેઓ એવો દાવો કરે છે કે, માણસને ચાહે ત્યારે મારી નાખવાની સાથના કરવાની સત્તા તેઓ ધરાવે છે. એ અજિમાની ધર્મ-ગુરૂઓની ખદગી જે માણસો ઉપર ઉતરે છે તે માણસને આગમયથી જ નોટિસ મળે છે કે તેનું ‘ખૂન થવા માટેનું’ બજાર તરફ કરવામાં આવ્યું છે, એટલે દ્રઢ સંકલ્પજનની અસર એટલી બધી ત્યાંની પ્રજા ઉપર થાય છે કે, તેમનો જ્ઞાન લેવાને તેટલી નોટિસ જ પુરતી થઈ પડે છે. તરંગ અને કલ્પનાના આ કેવો અજબ ધૂનરો !! યુવિપર્ટસ જેને રેશનર્ગના બીશપ તરીકે જ્યારે ચૂંટી દાઢવામાં આવ્યો, ત્યારે પોપ તરફથી બહાલી મેળવવા સારૂ તે રોમ જવા ઉપડ્યો. તેની ન્હાની વયને લીધે પોપ તરફથી બહાલી મળી નહિ. તેને નાપાસ કરવામાં આવ્યો છે એમ તેણે જાણ્યું ત્યારે ગૂંમને લીધે બીજી જ રાતે તેના વખામ કાળા નિમાળા ધોળા દૂધ જવા થઈ ગયા ! બીજી સ્થવારે તે વૃદ્ધ બીશપ જેવો દેખાવાથી પોપે તેને બીશપનો હુદો બંધ્યો ! મનથી માની લીધેલા ખોટા દ્રઢ સંકલ્પથી આ ઉપરાંત ઘણાંએ નુકશાન થવાના બનાવો બહાર આવવા પામ્યા છે. મનમાં એક વિચાર જો દ્રઢ થયો હોય તો મને તે ભોગે તે નાશુદ થતો નથી અને પરિણામે ફળ પણ કલ્પના પ્રમાણે જ આવે છે. મારકસ હોનિટમ

પોતાની રચેલી નેધિમાં વીન્સેન્ટીનસ નામના એક પાતળા સખસ વિષે એવી વાત જણાવે છે કે, યસ તેના મનમાં એવું જ શૂન બરાબ બેઠું હતું કે તેનું શરીર અતિશય લઠ છે, અને તે એટલો બધો જાડો અને કઠાવર છે કે પોતાના ઝોરડાના બારણામાં પણ તેનાથી પેસી શકાતું નથી. એની એવી ભાંતિ દૂર કરવા માટે એના ડૉક્ટરે એવું ફરમાવ્યું કે એને જળજળસ્તીથી નોર કરીને બારણામાંથી ઝોરડામાં ઘસડી લઈ જવો. ડૉક્ટરના ફરમાવ્યા મુજબ કરવામાં આવતાં તે અખતરો જીવલેષુ નિવડ્યો; કેમકે વીન્સેન્ટીનસે બંધો અને ચીસોચીસ પાડી મૂકી કે હાથરે, હાડકાંથી માંસ છુટેછુટું પડી ગયું છે ! બધા સધે સાંધા તૂટી જઈ અવયવો મ્હારા ભાગી નાંખ્યારે બાપ ! ! વિ. જે કે બારસામાંથી તે તો ધણેજ સહેલાઈથી ઝોરડામાં જઈ શક્યો હતો; પરંતુ માત્ર ભાંતિવડે જ તેને એમ લાગ્યું કે, બારણામાં તે મમાયો ન હોવાથી તેનું અંગ ફસાઈને ચીરાઈ ગયું છે. આ ધખારાથી બાપેડો ચોક્ક જ વખતમાં મરણ પામ્યો, અને ખુનીચાએ તેનું ખુન કર્યું છે એવો આરોપ પણ મૂકતો ગયો.

આ ઉપરાંત ધણીએ દ્રષ્ટીતો મળી શકે એમ છે, કે જેઓએ સંકટપાળળ યાને વીલ-પાવરનો સવળો કિંવા અવળો ઉપયોગ, કરીને તે પ્રમાણેનું ફળ પ્રાપ્ત કર્યું હતું—દરેક માણસની અંદર દયાળુ કુદરતે એ શક્તિ ( વીલપાવર ) નો પુરેપુરો પ્રભાવ મૂકેલો છે. તેમ બિલવરીને મનવાંછિત ફળ મેળવવાનો કે તેનો અચ્છવટતો ઉપયોગ કરીને જનમાલ અને અકલનો ખુરદો કરવાનો હક્ક સૌ સૌની મુનસદી ઉપરજ અવલબિત રહે છે. સત્ય કહીએ તો જેઓ નમ્ર, દયાળુ અને ધાર્મિક વૃત્તિના હોય છે તેઓને એના ચમત્કારો તુર્તજ જણાય છે. પરમકૃપાળુ પરમાત્મા હમારા બારતવાસીઓની સંકલ્પ શક્તિને યોગ્ય પ્રકારે બિલવરીને તેનો સદુપયોગ કરાવે તેમજ એ શક્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે જેજે શુભોની આવશ્યકતા હોય તે પુરૂ પાડે એવું દ્રઢ અંતઃકરણથી ઇચ્છી આ લેખ સમાપ્ત કરું છું. કિં બહુના ?

નવસારી—ઢાવર પાસે.

રણછોડાસ દયારામ પારેખ.

## પ્રમેહાંતક.

( લેખક:—મંગલ ગાંડલકર—મુંબઈ. )

ધણી વેદકનાં પુસ્તકો તેમજ ડૉક્ટરોનો એવો મત પડે છે કે પ્રમેહ યાને ગોતોરીયા ( Gonorrhoea ) મેળી રોગ છે અને તે ખગળ સંગતથીજ ઉત્પન્ન થાય છે એમ કહીએ તો કંઈ ખોટું નથી પણ તે ઉપરાંત બીજાં કારણોથી પણ ઉપદ્રવ થાય છે. મૂળ કારણ દરેકના મતને મળતું છે તે ખાસ કરીને તેવાજ કેષ્સો તેમના હાથ આવેલા અને તેથીજ ખસસ કરીને તપી કરી દાખું છે. મુબાઈ અને તેનાં બીજાં સ્થળોમાં આગ કંઈસ બનના મળતું છે પણ મગજો કે એક માણસ એ રસ્તાથી નિરાળો છે તે આ અધકર દુગર રોગના પ્રયાગમાં આવી કસાય છે તેનું કારણ શું સમજવું ? શું તેને ખરાબ સંગતની અસર થઈ ? નહિ જ ! નારે નેના ખાનપાનમાં અગર આહાર વિહાર (ખરાબ નહિ) માં ફેરફાર થયો ન્તેષકો.

વેદ—કોઈકરોનું કહેલું છે કે ગરમ ખાધેલાનું ખંદાનું ખોદું છે તો મારા મત પ્રમાણે તે ગેરબ્યાજની ગણાશે. કારણ સવારમાં સુંઠ જેવા ગરમ પદાર્થોને લીધે, અગર તાવની બીમારીને લીધે અગર નળનાઇ શરદને લીધે અતિશય ગરમ બીજે લેવાથી વીર્યને પુષ્ટિ મળવાને બદલે પાતળાપણું પ્રાપ્ત થાય છે કારણ તેની ઘણી વીજને પુષ્ટીકારક ખાસ હોતી નથી પણ કષ્ટ મદદગાર હોય છે પણ એકલા ઉલટું રૂપ પકડે છે, અને ગરમી (ઉપરથી) ફેલાવે છે એટલે રાતે સ્વપ્નદોષ થાય છે. તે ઉપરાંત વાંચન પણ તેવાં વાંચવાથી દોષમાં ઉમેરા છે. તેથી વીર્ય સ્ખલિત થતાં રરતા વચ્ચે કંઈક અંશ રહી જાય છે તે જન થઈ જતાં પેસાળ વખતે જોસ લાગવાથી ધાર પડે છે. દિનપ્રતિદિન ધાર વધતું જાય છે. તેમજ પેસાળની બળતરા સખત થાય છે. પેકુમાં મરડાની માફક સખત આંકડી [ ખીડ ] આવે છે પેસાળ કટકે કટકે ઉતરે છે અને પ્રથમ પેસાળની પહેલા રસીનું દીધું દેખાય છે વધતાં વધતાં પેસાળની સાથે થાય છે. લાંબો વખત થતાં મધુ પ્રમેદના રૂપમાં ફેરવાય જાય છે વખતે મુતકૃચ્છ કે વધરાવળ પણ થાય છે. અને હાંડગી સુધી સાથે છે. પ્રમેદજ માત્ર દોઢ કે બે વરસ સુધી એના એજ રૂપમાં પણ રહે છે. ઘણાં બોપધો કરતાં અને પરહેજ પાળતાં પણ મટતો નથી. એક માણસને દોઢ વરસ સુધી લખાયો હતો તે માણસે પરહેજ વગેરે બધું છોડી દીધું માત્ર બ્રહ્મચર્યજ પાળતાં સવારે દહીં અને રોટલો, રાત્રે હુંગળી, મસાલો, શાક તેમ મસાલા વાળું તેમજ બપોરના કે બીજે વખતે હુંગળીનાં બજીયા ખાતો તે સાથે બાલસમ કોપાધ્યાનું સેવન રાખતાં એક માસમાં સાર થયું. એક બીજા માણસે ચાર માસ સુધી [ છ માસ હેરાન થયા પછી ] માત્ર દુધબર રહી બાલસમ કોપાધ્યાને પાશેર [ સુંઠ સાથે ] દૂધ ઉતું કરી તેમાં ચાર દીપાં નાંખી બે વખત પીતાં દર્દ ગયું, બીજાં ઘણાં બોપધો છે પણ બાલસમ કોપાધ્યાન જેવું બીજું એકપણ અકસીર નથી નીવડતું.

શરૂઆતને માટે પતાસામાં લેવાનું મીક્ષચર

સુખાનું તેલ

દીપાં ૧૦

ચણક બાળનું તેલ

" ૧૦

બાલસમકોપાધ્યાન.

" ૨૦

સવારે એક વખત.

દસ દિવસમાં ન મટે તો ઉપરની દવા દુધ સાકર ઉનાં કરી લેવી તે સાથે આળખા શ. ૧ બાર, હરડા ૧ બાર, અને બેડાં શ. ૧ બારનો ઉકાળો કરી શ. ૫ બાર પાણી રાખી તેમાં મધ અને હલદી ૧ આની બાર નાંખી પીવું.

આ પ્રમાણે ન મટે તોજ પીયકારીનો ઉપયોગ કરવો. જનસમાજ પ્રમેહાંતકને નામે લુટાય છે તે કરતાં ઉપરની દવાથી ઘણેજ ક્ષયદો યરો થોડા દિવસ જવા દધ માત્ર બાલસમ કોપાધ્યાન દીપાં ૩૦, સુંઠ શ. ૦૧ બાર, દૂધ શ. ૦૧ બાર. આ પ્રમાણે સેવન રાખતાં પ્રમેહ મટી જશે તે સાથે બ્રહ્મચર્ય પાળવાનું ધ્યાન રાખવું, પરહેજ પણ પાળવી કદાચ સ્વપ્નદોષ થાય તો બે પાંચ દહાડે તકમરીયાં થોડાં સાકરમાં પલાળી પીવાં. આ લેખનો સંપૂર્ણયોગ યરો એવી આશા છે.

## એક અમરકાંતિક જનાવ—A vision.

સ્વીડનના રાજા ચાર્લસ ૧૧માએ જોયેલો દ્રશ્યાવ.

(The Cabinet of Curiosities ઉપરથી.)

૧૬૪૬ ને. ડી. જેમ્સની સ્વીડન, પ્રસીઆ, પોલાન્ડ વગેરે ખાતેની ૧૮૧૩-૧૮૧૪ના સાલની મુસાફરીના હેવાલમાં નીચલી જાણવા જોગ હકીકત રજૂ કરવામાં આવી છે. અજાણ્ય જેવું લાગશે કે જે સ્વપ્ના જેવો ખ્યાલી દ્રશ્યાવ જોવામાં આવ્યો હતો, તે ખરો હતો, એવું સાબિત કરવાને છ માણસો રાજા સાથે એકમત થયા હતાં.

એવું કહેવામાં આવે છે કે રાજા ચાર્લસ ૧૧મે એક રાત્રે અગીયાર અને બારની વચ્ચે પોતાના ઝોરડામાં બેઠો હતો, તે વખતે તે ખાવાના ઝોરડાની બારી આગળ કાંઈ અળકાટ જોઈ હેરત થયો. તેણે ત્યાં હાજર રહ્યા તેના સલાહકાર, અને ન્યાયાધીશને તે દ્રશ્યાવ જાણે હતો તે માટે પૂછ્યું. તે ચંદ્રના અજવાળાનો પ્રતિબિંબ છે એમ જવાબ મળ્યો. આથી સંતોષ ન પામતાં બીજા સમાસેના તરતજ દાખલ થવાથી તેજ સલાહ પૂછ્યો, “પણ તેનો જવાબ પણ પહેલાના જેવોજ મળ્યો. બારીએથી પાછું જોતાં તે ઝોરડામાં તેણે કંટલાંક માણસોને જોયાં. આથી તેણે કહ્યું: “કાંઈખી અસાધારણ બન્યું છે—જે ખુદથી બિહિને ચાલે છે તેને કશાંથી પણ બિહિવાનું નથી એવા યકીનથી તે થુ છે તે હું પોતે જાહેર જો-પક્ષ.” ઉપર જણાવેલા બે ગૃહસ્થો અને ઓકસનરટીઅર્ન અને બ્રાહ્મી નામના બીજા બે જણને તેની સાથે જવાનો હોકમ કરી પોતાના ઇશાન અન્સટનને બોલાવી હોલમાં જવાના દાર પરથી તે ઉતરી ગયો.

અહીં તે ચોખ્ખો. ચોક્કસ રીતે ધાસ્તીની લાગણી તેને ચલી જાણી. અને કોણએ પણ ખાસતું બોલવાની હિમ્મત ન કરતાં, રાજાએ પોતે કુચી લઇ બારણું ખોલ્યું અને મોટા દીવા નખાનામાં દાખલ થવા માટેના નાના આગલા ઝોરડામાં તે જઈ બેઠો. તેઓની હદ બહાર અજાણ્ય વચ્ચે તે તદન કાળા કપડાંથી સજુગારેલો હતો. આ અજાણ્ય જેવા સંજોગથી તેઓ બિહિને બીજી વખત ચોખી ગયા. આખરે રાજાએ પોતાનો પગ હોલમાં મુક્યો, પણ જે કાંઈ તેણે જોયું તેથી તે અજાણ્ય થઇ પાછળ દહ્યો. ફરીથી પણ તેણે હિમ્મત પકડી; પોતાના સાચીઆ પોતા પાછળ આવશે એવું તેઓ પાસેથી વચન લઈ તે આગળ ચાલ્યો. હોલમાં દીવા સળંગેલા હતા અને પહેલા ઝોરડા માફકજ કાળાં કપડાંથી તે ઢંકાયેલો હતો. તેની બરાબર વચ્ચે એક જોળા ટેબલ હતી કે જ્યાં રોળા ખુલુર્ગ-જુદ માણસો પોતાની સામે બેઠેલા મોટા ચોથો મુઠી બેઠા હતા. મધ્યાને ૧૫ થી ૧૮ વર્ગના છોકરો રાજા તરીકે માથાપર તાજ સાથે અને હાથમાં રાજ્જંડ મળી બેઠો હતો અને સખા હાથપર એક ૭૦ વરસનો ડોસો જણે રાજાને તે ઘણો ઉપયોગી સલાહકારક હોય નેમ પોતાના ડોસાથી ચોક્કસ છસારો કરતો બેઠો હતો. અને જોડલી વખત તે ડોસું હલાવતો તેટલી વખત તે ખુર્જો માણસો પોતા સામે પડેલા પોથા ઉપર ઝેરથી હાથ ઠોકતા હતા.

ચાર્લસ રાજા લખી જાય છે કે “નજર ફેરવી જરા દૂર જોતાં મેં ગરદન મારવાનો માચડો અને જલ્લહોને જોયા કે જેઓ એક પછી એક માણસોને કાપી નાખતા હતા. અને તેમ કરવાથી જમીન ઉપર લોહીની રેલ ચાલુ થઇ રહી. આ ગરદન મરાતા માણસો સમજા

જીવાનિયાઓ હતા. પાછું મેં ઉપર જોયું અને મને તે મોટી ટેબલ પાછળ રાજગાદી ઉપી પડેલી દેખાઈ; તેની પાસે આશરે ૪૦ વરસની ઉમરનો એક માણસ દેશના રક્ષણ કરનાર તરીકે ઉભો હતો. આ સઘળું જોયાથી મને ધાસ્તી લાગી અને મોટેથી પોકારી ઉઠ્યો—“અ ખુદાઈ આવાજ છે !—આ ઉપરથી મારે શું સમજવું જોઈએ ?—આ સઘળું ક્યારે થવા પામશે ?” સઘળું ગંભીર રીતે સાંત હવું; પણ મારા બીજું વખત પોકારવાથી, તે જીવાન રાજાએ મને જવાબ આપ્યો, “આ સઘળું તારા વખતમાં નહિ, પણ તારી પછીના ૬૬૦ રા-  
જના વખતમાં થવા પામશે. તે રાજ મારીજ ઉમરનો હશે, અને આ મારી પાસે બેઠેલા ગૃહસ્થ તેના હાકિમ અને દેશના બચાવ કરનારનો ખ્યાલ આપે છે. તેના રાજના છેલ્લા વરસમાં બીજાના હાથમાં દેશ જશે, પણ તેનો વહીવટ પોતે લઈ રાજ સાથે મઘી જઈ મજાણત પાયાપર તે રાજગાદી લાવી મુકશે. અને તે એવી સરસ રીતે કામ બજાવશે કે તેની અગાઉ એવો રાજ કદીખી થયો નહિ હોય અને થાયથી નહિ. તેના રાજમાં બધા કોડો મુખી હાલતમાં રહેશે. સઘળી પ્રજા કરજથી મોકળી રહેશે. પોતે લાખખો રૂપીઆ બચાવશે અને બહુ મોટી ઉમરે મરશે. જો કે તે મહામયણથી રાજ્ય ચલાવશે તે છતાં પણ તેના રાજમાં કોઈખી રાજના વખતમાં લડાઈ થઈ નહિ હોય તેવી મોટી લડાઈ જાગશે અને કોહીની રેલ પથરાશે.” તેણે ઉમેર્યું “તું આ પ્રજાનો રાજ છે, અને તેને તું આ બાબદની ખબર કરજે. તે બધું જોયું છે, તેથી તું તારી હોશીયારીથી ચાલજે.”

આટલું કહી રહ્યા પછી સઘળું ગુમ થઈ ગયું. અને તે કહે છે કે “અમે પોતાને અને અમારી ખતી સીવાય કશું જોયું નહિ અને આગળના ઝોરડામાં પણ કાળો કેપડા ખીંજીએલાં રહ્યા ન હતાં.”

આ હેવાલ રાજ ચાર્લસ ૧૧ માને હાથે લખાયો છે અને તેની હેઠળ તેની અને તેના ઉમરાવોની સોગંદ ઉપર સહી શાખ થયેલી છે.

આખી વાર્તા મી. જેમ્સ કહે છે કે અબજબજ જેવી અને ધ્યાન પુગાડવા જેવું છે. તે દેખાવમાં રાજનો ભાગ બજવનાર માણસે ગણતરીમાં બૂલ કીધી હોય તો તે ખતિય હવે પછી ક્યારે ખતિય પામશે તે જણાવવું ધણુંજ મુશ્કેલ લાગે છે. હું પોતે આ બાબદપર સમજ આપી શકતો નથી તેથી આ બધું વાચનારાઓની સમજપર છોડું છું.

—ચરિત્ર.

ENCEEAM.

## મનુષ્ય જીવનનો ખોળાક.

લખનાર—હો. મે. વા.

માણસ જાતમાં જેમ સુધારો civilization વધતો જાય છે તેમ તેના શરીર-મન તથા આત્માના ખોરાકની બાબદમાં પણ ફેરફાર તથા સુધારો વધારો જરૂરનો થઈ પડે છે. મનુષ્ય શરીર, મન અને આત્માની ત્રણ મુખ્ય ત્રિપુટીનો અંગ છે. એટલે માણસ જાતના વિદ્યા અને અર્થ અને તેની ઉન્નતિ તથા સુખ સાંતિને અર્થે જો ત્રણે બાબતો ઉપર લક્ષ આપવાની જરૂર છે. સુધારો અને કેળવણી વધવાની સાથેજ મનુષ્યના જીવનની જુદી જુદી જરૂરીયાતો તે કેળવણી તથા સુધારાના મોખાન તમકાને અનુસરીને બદલાતી અને વધતી જાય છે.

જંગલી અને અમણ ગણાતાં મનુષ્ય કક્ષા શરીરના પોષણ માટે યાને પેટનો ખાડો પુરવા અર્થેજ મહેનત કરે છે અને જીખની ખીણ સાંત કરે છે. અને ઘણે ભાગે પોતાનું પેટ ભરવાથી થતી શાંતિ અને સુખમાં આનંદ ભોગવે છે. સુધરેલાં અને કેળવણી પામેલાં મનુષ્યોને પોતાના શરીરના પોષણ માટેની જરૂરીયાત અમણ અને જંગલી મનુષ્યો કરતાં કાંઈક વિશેષ હોય છે. મોટે ભાગે તેઓને ખોરાક વધુ પ્રમાણમાં બનાવવી રૂપાંતર પામેલો અને ખટ મધુરા રસથી ભરપૂર બનેલો હોય છે.

અમણ અને જંગલી ગણાતાં મનુષ્યોને ઉપર જોઈ ગયા પ્રમાણે ઘણે ભાગે કક્ષા શારીરિક જીખની હાજત વૃદ્ધ કરવામાંજ શાંતિ અને સુખ હોય છે. જે પ્રમાણે બહુલા અને સુધરેલા મનુષ્યને પણ પોતાના પેટને વાવટો કરવાનું બનતું નથી, એટલે શરીરનું પોષણ તથા કપડાંથી રક્ષણ કરવાનું હોય છે. ને ઉપરાંત તેઓને પોતાની કેળવણીથી જે માનસિક વિકાસ થાય છે અને મનની જીખ તથા માંગણી ઉદ્ભવે છે તેની શાંતિને અર્થે મનને જરૂરી ધટતા ખોરાકથી વૃદ્ધ કરવાની જરૂર રહે છે. અને જેઓ હાલના સુધારા તથા હાલની કેળવણી ઉપરાંત પોતાના ધર્મનું ખરૂં રહસ્ય સમજી તેને અતુસરી વર્તન રાખે છે અને પોતાનું જીવન તેને અતુસરીને ચુગરે છે યાને આત્મિક ખીલવણી કરે છે તેઓને પોતાના આત્માની જીખનું કુખ દૂર કરવાને આત્મિક ખોરાકની જરૂર રહે છે. તે પોતાના ધર્મમાંથી મળી શકે છે અને ધર્મશાસ્ત્રની આગામીસાર વર્ણન તથા ક્રિયાકર્મ કરવાથી આત્માનું સુખ પ્રાપ્ત શકે છે.

મનુષ્ય જાત શરીર મન અને આત્માની ત્રિપુટીનો બનેલો હોવાથી તેની સંપૂર્ણ ખીલવણી વૃદ્ધિ તથા તેના સુખને અર્થે એ ત્રણે બાબતે અથવા વસ્તુઓને જરૂરી ધટતો ખોરાક ભેદીએ છે. જો એ ત્રણેને એ પ્રમાણે એક સરખો નિયમીત ખોરાક મળે નહિ અને એ ત્રણમાંથી એકાદ કે વધુ જીખે રહે તો તે મનુષ્યનું સુખ તથા તેની વૃદ્ધિ તથા જનતિ પણ અધુરી રહે એ પ્રત્યક્ષ છે.

હવે મનુષ્ય માત્ર ઉપર લખેલી ત્રણ ત્રિપુટીનું બનેલું છે; એટલે સુધરેલા અને કેળવણી પામેલા મનુષ્યના મનનો વિકાસ તથા ખીલવણી થયેલી હોવાથીજ તેના માનસિક ખોરાકની જીખ તેને અમણ અને જંગલી ગણાતાં મનુષ્ય કરતાં વધુ હોય છે. કારણ તેની શારીરિક તથા માનસિક લાગણીઓ સ્વચ્છ, તીવ્ર લાગણી ભરેલી અને એકશાન, અવિશદ્ધી, અક્યતામરી બને છે. જેથી તેને કાંઈ પણ અશિષ્ય, જંગલી યાને કુરતા ભરેલું, બાગેડા અને વિનાશકારક હોય ને પચદ પડતું નથી. એટલે કે તેનો માનસિક ખોરાક પણ ક્રિયા પ્રકારનો હોય છે કે જે શરીર મન અને આત્મા એ ત્રણેને અરસપરસ મદદકારક થઈ પડે છે. અને એક ખીલતી ખીલવણી અને જનતિના આધારરૂપ બને છે.

મનુષ્ય જીવનને કયા પ્રકારના ખોરાકની હાલના સુધારા તથા કેળવણીની અમર હેઠળ જરૂર રહે છે જે વિષે એક પશ્ચિમનો નિદાન તમીષ કરે છે કે:—

The inner force or soul demands love, courtesy, respect, esteem, trust and care beside mental foods which may be found in books, music, flowers, painting, society, companionship, change of scenery etc. It is the lack of these things that makes the

soul unhappy, The soul grows if it is properly nourished. The body does the same.

Dr. M. K. Keith M. D.

અર્થાત મનુષ્યનો અંતરનો જુરસો યાને આત્મા પરસ્પર એક બીજા પાસેથી રહે, સમ્યક્તા, સન્માન, મમતા, વિશ્વાસ અને સબાળ મેળવવાની માગણી કરે છે. એટલુંજ નહિ પણ માનસિક ખોરાકો પણ માગે છે, જે પુસ્તકો, સંગીત, કુલપાન, ચિત્રકળા, સૌજન્ય યાને સંગત, મિત્રતા, નવિનતામયી દેખાવોમાંથી મળી શકે છે. આ વસ્તુઓ નહિ મળવાથી આત્માને ત્વિ થતી નથી. શરીર તથા આત્માને પોપણુ આપવાથી તેની વૃદ્ધિ થાય છે.

મનુષ્ય જીવનના ખોરાકની પસંદગી દરેક દેશમાં દરેક જગ્યાએ દરેક તબક્કે એક સરખી હોતી નથી. પરંતુ મનુષ્ય જીવનના વિકાસને અર્થે યાને તેની શારીરિક, માનસિક અને આત્મિક ઉન્નતિ તથા વૃદ્ધિ અને વિકાસને અર્થે તે દરેકને ક્યા અને કેવા પ્રકારની જરૂર મુખ્યત્વે કરીને છે તે આપણે જાણવાની જરૂર છે. શરીર, મન અને આત્માને જરૂરી મુખ્ય ખોરાક ખરેખરા ક્યા હોવા જોઈએ અને છે તે બાબે આ માસિકમાં ધ્યાન દિવાનોએ ધટતું વિવેચન કર્યું છે. તે છતાં આ જગ્યાએ ટુંકમાં કહીએ તો મનુષ્યના શરીરને ધટતો ખરો અને કુદરતી ખોરાક હવા, પાણી, પ્રકાશ, ઉષ્ણ, મહેનત, આશાપથ, ફળદ્રુપતા, અજ વગેરે છે. માનસિક ખોરાક સદ્વિચાર, વાંચન, મનન, નિર્દિધ્યાસન, ધટતી જરૂરી વિચાર, વાંચી, વર્તનની સ્વતંત્રતા, સંગીતકળા, સુંદર દેખાવો, દયા, ભાનુભાવ, દીલસોજી, પોતાના અંગત સર્ગા રનેલી તથા બીજા મનુષ્યો વચ્ચે પરસ્પર પ્રેમભાવ, અંતરસંપર્ક એક બીજા માટે માન મહેનત, પરસ્પર જરૂરી સ્વાર્થત્યાગ, પરસ્પર એક બીજાને સુખ, સંતોષ, શાંતિ આપવાનો પ્રયાસ; કોષ જુરસો, ક્રીનો કપટ, લોભ, મોહ, મદ, અભિમાન, મત્સર, યાદી, યુગલી ધત્યાદિના ત્યાગ; આત્મિક ઉન્નતિને માટે યજ્ઞઆતમાં શરીર તથા મનને વહેતો ખોરાક પુરો પાડવાની તૈયારી કરી શકાય છે અને તે કર્યા પછી ધર્મને અનુસરતા જીવ નથી તે હેતુ પાર પડે છે.

પશ્ચિમના દેશોને મુકાબલે આપણા દેશમાં આપણુ હિંદી લોકની રિથતિ મોટે ભાગે મનુષ્યના જીવનના ખોરાકની બાબતમાં કેવા પ્રકારની છે તે અવસ્થા વિચાર કરવા યોગ્ય છે. અને તેમ કરતાં જણાઈ આવે છે કે આ દેશના શિક્ષિત તથા અશિક્ષિત વર્ગના મનુષ્યનાં જીવન જરૂરી ધટતા અને જોઈતા ખોરાક વિના ધણે ભાગે અર્ધા સંજીવન દાલતમાં હોય છે. સ્વામી ધી વિવેકાનંદ આપણા દેશની રિથતિ વિષે કહે છે કે:—

“મમાજના હિતની ખાવર વ્યક્તિત્વુ સાચત અલિદાન આપણું અને તે અમલમાં લાવવા સરેથા અને નિમમો બાધી બવાતકારે આત્માર્પણ કરાવણું” એથી જે પરિણામો અને અસરો થઈ તેનું જલસવત ઉદાહરણ આપણી જન્મશૃતિ છે. તેઓ આખી જીંદગી પર્યંત અલ્પક નિર્ણીત કરેલા નિયમ પ્રમાણે ખાય છે, પીએ છે, તેનીજ રીતે તેઓ વિવાહ, પદ્ધતિ અને તેના જેવાં બીજાં કાર્યોમાંથી પસાર થાય છે; ટુંકમાં તેઓનું મરણ પણ શાસ્ત્રની આજ્ઞા પ્રમાણે થાય છે.

“પરંતુ આ બધી બાબતો લોકો નિર્જીવ યજ્ઞની માફક દોરાઈને કર્યા જાય છે—તેમનામાં માનસિક ગપવતા, હૃદયની વિકાસ, જીવનનો ધ્વનિત વેગ, કે આશાનો આવિર્ભાવ નથી;

ધન્યશક્તિથી દ્રઢ હિતેશક્તિ, કે તીક્ષ્ણ આનંદનો અનુભવ તેમજ નીચ શોદનો સ્પર્શ તેમ-  
નામાં નથી; શોધક ખુદિનો ચળકાટ, નયીન તત્ત્વની ઇચ્છા, નયીન પદાર્થોની કદર તેમને  
નથી. એમનાં મન એવાં છે કે તેમની આસપાસ રહેલ વાદળો (આવરણો) વિખરાતાં  
નથી. તેઓનાં હૃદયો એવાં છે કે પ્રજાતના સૂર્યથી પ્રકાશિત ચિત્રમાં તેમને મૌન્ય લાગતું  
નથી. પોતાની કાલની સ્થિતિ કરતાં વધારે-ઘડીઆતી સ્થિતિ થાય તો સાર એવું તેમના  
મનમાં કદી આવતું નથી; કદી આવે તો તે બાજવની પ્રતીતિ નથી. કોઈ બાજવની દ્રઢ  
પ્રતીતિ થાય તો તે દરવામાં પ્રવાસ ખીલકુલ થતો નથી; જ્યાં પ્રવાસ થાય છે, ત્યાં  
કિસાહનો અભાવ હોય છે તેથી તે પ્રવાસ મિથ્યા જાય છે.

“શું પોતાનું સુખ, કદમાણ વધારે વ્યક્તિઓના સુખ માટે અર્પણ કરી તેનો ભોગ  
આપવો એ સદૃશ્યથી દાર્ઘ્ય નથી? છેવટ. પણ જેમ બંગાલી કહેવતમાં કહે છે કે ‘ધસ-  
વાથી અને મસળવાથી શું રૂપ આવતું હશે?’ ‘શું પ્રવાસ અને બલાત્કારથી એટલે પરાણે  
પ્રીત થઈ શકે?’ તેજ પ્રમાણે જ-મૃતીજ ને બિખારી હોય તે પદાર્થોનો ત્યાગ કરે તેમાં  
શું વળતું? જ્યાં ઇદ્રિયમાં ચકિત નહોય ત્યાં ઇદ્રિયનિમગ્ન રાખવો. એમાં કયો સદૃશ્ય છે?  
જેમાં વિચારશૂન્યતા, હૃદયશૂન્યતા, મહત્વાકાંક્ષાનો અગાવ અને સમાજનું બંધારણ કેવું હોય  
જોઈએ તેના ખ્યાલનું હજુ અગાવ છે ત્યાં આત્મભોગ ક્યાંથી હોઈ શકે? હું કહું છું  
તે એ છે કે જેટલું તમારાથી બની શકે તેટલું લોકોને સ્વાતંત્ર્ય આપવા, તથા તેની બેડીઓ  
તોડી પાડવા માટે કરો.”

કહેવાનો ભાવાર્થ એ છે કે, પ્રાચીન રીતરિવાજો તથા ધર્મશાસ્ત્રની આજ્ઞાઓ અને  
ચાલિશબંધારણ વગેરેમાં જે ઉત્તમ હોય તે જાળવી રાખવું. અને તેનું ખરૂં રદસ્થ તથા  
શરૂદાઓ સમજવાની કોશિષ કરી તે સમજીને વિચાર પૂર્વક અમલમાં મુકવું. અને વિચાર  
વાણી તથા કર્મની સ્વતંત્રતા ધરતા જરૂરી પ્રમાણમાં ખીલવવાની હરેક મનુષ્યે પોતે  
સંભાળ રાખવી અને ખીજાઓને પણ તે સ્વતંત્રતા ભોગવવા દેવાનું તથા ખીલવવાને  
હિતેશન આપવાનું ઉદાર દીલ રાખવું એટલે જન્મે છેલ્લી મધ્યમાં સમતોલપણે રહેવું  
ઘટારત છે. જ્યારે ખુદ આપણે આપણા ઘરકુટુંબમાં, ન્યાયમાં, મંસાર વ્યવહારમાં અને  
ખીજા હરેક કાર્યમાં ઘટતી જરૂરી હદનાં વિચાર, વાણી અને કર્મની સ્વતંત્રતા ભોગવી  
શકીએ નહિ. અને ખીજાને ભોગવવા દઈએ નહિ. તો પછી ખીજા પણ વિચારતાબરી રાજ-  
કીય સ્વતંત્રતાની પ્રમ કોણ સાંભળે? તેમજ તે ભોગવવાની લાયકાત ક્યારે ખીલવી શકીએ?

તેથી દરેક મનુષ્યને ઘટારત છે કે પોતે પોતાના જીવનને જરૂરી ધરતો ખોરાક પુરો  
પાડીને ખીજાઓને પણ પુરો પાડવામાં સહાયશુભ યથ પડવું જોઈએ. કારણ સમાજનું  
બંધારણ એવું છે કે દરેક મનુષ્ય તેનું અંગ અથવા એક ભાગ છે. એથી દરેક વ્યક્તિને  
પોતાનો ખોરાક ચરીર મન અને આત્માને જરૂરી હોય છે તે મેળવવા દેવો જોઈએ. એટ-  
લુંજ નહિ પણ દરેક મનુષ્યે પોતાનાં વ્યવહારણના દૈવી વ્યવસ્થાને સાંભળી તેને અનુસરી  
વિવેકખુદિની ખીલવણી સહિત વિચાર વાણી અને કર્મની સ્વતંત્રતા ભોગવી પોતાના  
જીવનનો ધરતો ખોરાક મેળવવો.



## સટીક કેશવકલ્યાણ.

અનુવાદક પી. પૂર્ણચંદ્ર શાસ્ત્રી.

(અનુસંધાન ગયા અકના પૃષ્ઠ ૧૧૬ થી શરૂ.)

સોફ પાનીરસ આમવા, ઉરુત્તલ દ્વદશોગ;  
કૃમિ શુદ્ધ અષ્ટોદશ, ષષ્ટ વિલાસ પ્રયોગ. ૧

આ છટ્ટા વિલાસની અંદર મોળ, પાણી લાગવા સંબંધી, આમવાયુ, સાથગોતું જલાઇ જવું, છાતીના રોગ, ફરમિયાનો રોગ, પેટમાં ચડતા ગોળાનો રોગ અને આફ જાતિના પેટના રોગ એટલાઓતું નિદાન, બેદ અને ઉપાધ સંબંધી વર્ણન આવશે. ૧

(સોફ—સોળના દર્દો નિદાન)

અરિય દરત અરુ શ્વાસ જવર, છર્દિ તૃપા બલહીન;  
સમ ઉપદ્રવ શોફ કે, જનહુ વૈદ્ય પ્રધીન. ૨

સોળના રોગમાં અરિય (દરેક ગીજ ઉપર અભાવ થવો), દરત એટલે વારંવાર પાતળા ઝાડા ઉતરવા, શ્વાસ ચડવો, તાવ આવવો, ઉલટી થવી, વારંવાર તરસ લાગવી (શોષ પડવો), અને શરીર શક્તિ વગરનું થઇ જવું એ સાત ઉપદ્રવ હોય છે એમ પ્રવીણ વૈદ્યોએ જાણવું જોઇશે. ૨

(કયા સો નો રોગ ન મદી શકે ?)

ચરનન સોં ઊંચી ગતિ કરાડી, શોફ અસાધ્ય મૃત પાવે નરહી;  
તરૂની શોફ અસાધ્ય હૈ સોઈ, પ્રકટી બદન નીચી ગતિ હોઈ. ૩  
નાલિ થકી નીચી ગતિ જાની, નરનારી દોતોંકી હાની.  
તાહુ કંઠ જલદર સોઈ, ઇન્કા શોફ ઉદર બિચ હોઈ. ૪

પુરુષ રોગીને જે પગથી સોળે પેન થઇ મોંનાબણી ચડતો જતો હોય તો તે પુરુષ સોળના રોગથી સુવેળ છૂટી શકે છે—મતલમ એ કે પુરુષને તેવી રીતિપે ચડેલો સોળે મોતની હાજરી અપાવે છે, તેમજ સ્ત્રીરોગીને મોં ઉપર પ્રથમ સોળે ચડી પગ બાણી ઉતરે જતો હોય તો તે સ્ત્રી મરણને ઘરણુજ થાય છે, અને ડૂંટીથી સોળે પેદા થઇ પેડુ બાણી ઉતરતો જતો હોય તો પુરુષ અને સ્ત્રી બેઉને મરણનીજ કાળોતરી આપે છે. (જે સોળમાં આગળી દબાવી ઉપાડી લીધા પછી તે ખાડે જઈ પૂરતો નથી, અથવા સ્ત્રી પુરુષને શુદ્ધ ભાગમાં સોળે ચડે છે તો તે પણ મરણનેજ સૂચવે છે. માટે તેના સોળના દર્દોને વૈદ્યોએ ત્યાગ કરવો.) તાળવા, ચાકા કે પેટના જલોદર રોગમાં નજી પેટની અંદર સોળે હોય છે તે પણ બચકારી છે. (આ પદ ચંદ્ર ભર્યો છે.) ૩-૪

(સોળના રોગોએ શું ન કરડ ?)

ખરાઈ મધ્યર્દિન નિંદ્રા ન કરના, હૃદય માંસ મિષ્ટાન્ન ન ચરના;  
ચિકના લૂન કોહ્યા અન્ન લાગી, કોહરા વાલ આપ ચોરા જવારી. ૫  
ખટાય, જ્યોરે ઉપ લેવી, શેકેલું માસ, મિષ્ટાન્ન અથવા મીઠાં ભોજન, ચિકણી ગીળે, મીઠું, કોહલુ અને ભારી અન્ન, કોહણું, ઝાલર, અડક, ચોળા અને જુંવાર એટલી વસ્તુઓ ખાવી નહિ; કેમકે તે ગેરફાયદા કરનારી છે. ૫

( પિત્તકોષના સોભનો ઉપાય. )

દારૂલહલી લીંબકી છાલી, તિવૃતા શુક્રિલ પટોલહ હાલી;  
 ધતનેકા કાઢા કરી દીજે, કંફ પિત્ત શોફ તૃપા જવર છીજે. ૬  
 દારૂળહ, લીંબકી અંતર હાલ, નસોતર, ગુગળ અને કડ્ડો પગ્ગળ એએનો  
 નાથ કરી પીવાથી કર તથા પિત્તના કોષનો મોખે શોષ અને તાવનો નાશ થાય છે. ૬  
 લવિંગ આસંધ પુનર્નવાધ, ગુગલ મમાલા બડી હરઝાધ;  
 કષ્ઠા સતાવરી બ્રાહ્મી દેવદારા, રાસ્ના શુઠ ભુનિંબ કુથારા, ૭  
 ધતનેકા કાઢા કરી દીજે, શોફ થાસ કાસ હુઃખ છીજે;  
 દા સાતોંકે દિન ઇક્વીસા, શોફ મિટૈ તન-કૃશ સુવિધેયા. ૮  
 લવિંગ, આસંધ, સાટોડીતું મૂળ, ગુગળ, ગરમાળાનો ગોળ, હરડેળ, પેંપર, શતા-  
 વર, બ્રાહ્મી, દેવદાર, રાસ્ના, કુંડ, ક્રિયાતું અને કચ્છો એએના સમાન ભાગનો કાથ  
 કરી ૧૪ કે ૨૧ દિવસ આપવો જેથી મોખે, દમ, ઉધરસ, અને મેદતું વધતું દૂર  
 થાય છે. ૭-૮

કષ્ઠા મોથ ગજપીપર નાગર, ચિત્રા વ્યાધી છરા નિશાગર,  
 પીપલિમૂલ પાઠ સમ પૂરા, શોફ દૂર ઉષ્ણોદકે ચૂરા. ૯  
 લોડીપીપર, મોથ, ગજપીપર, કુંડ, ચિત્રામૂળ, બોયરીમૂળી, છરા, હળદર, પીપરીમૂળ,  
 કાળીપાઠ એએ સખાં સમાન લઘ વચ્ચગાળ ચૂર્ણ બનાવી ઈના પાણીથી કાકામાં આને  
 તો શોફ-સોળ સંબંધી પીડા દૂર થાય છે. ૯

( કફકોષના સોભનો ઉપાય )

ગુગલ તોલા લીનહ લીજે, ગામત્રસોં નિત ઉઠિકે પીજે;  
 કંફ શોફ સર્વાંગી હોઈ, નિશ્ચિ મિટૈ લહે સુખ સોઈ. ૧૦  
 કફના કોષથી સોખે આવેલ હોય તો ગુગળ ૩ તોલા લઘ શુદ્ધ કરી ગાયના મૂત્ર  
 માથે ( ૭ દિન ) પ્રભાત સમય પીવાથી કંફ શોફ સર્વાંગે વ્યાપેલ હોય તો પણ અવશ્ય  
 મટી જાય છે અને સુખ પ્રાપ્ત થાય છે. ૧૦

શુઠ કષ્ઠા ગુગલ શુઠ ચારો, રસ આર્દ્રક ચૂરન પીસારો;  
 ચાર ટાંક ચડતાં નિત ખાઈ, દિન એક્કીસે શોફ સખ જાઈ. ૧૧  
 ઉદર શોફ બહણી કંફ હંધા, કાસ થાસ પીનસ જવર તપા;  
 અગ્નિ મેદ સુખ કંઠ કે દર્દી, વાત ક્ષેષ્મ શૂલ કાઠત મર્દી. ૧૨

કુંડ, લોડીપીપર, ગુગળ અને ગોળ એ ચારેનું ચૂર્ણ આદાના રસ સાથે સેવન કર-  
 નામાં આવે તો એટલે કે હમેશાં ચાર ટાંકથી ચડતા ચડતાં એક્વીસ દિવસ લગી ખાવામાં  
 આવે તો સોખે, પેટનો સોખે-આદરો, સચ્છણી, કંફ, ગુદના મસા, અથવા કફના મસા,  
 ઉધરસ, દમ, પીનસ ( નાકમાં છોડ પડવાનો રોગ ), તાવ, ગોળ, મંદાગ્નિ, મેદતું વધતું, મોં  
 અને કંદના રોગ, વાયુ, ક્ષેષ્મ અને શ્ળ એએ મટે છે. ૧૧-૧૨

( વાયુકોષના સોભનો ઉપાય )

સાટોડી કડુ લીંબ પટોલા, હરડે શુઠ ગણે સમ તોલા;  
 દેવદાર ચોપડા મિત્રાધ, કાથ કરો સસેકા પાધ. ૧૩

સિંધવ પ્રતિવાસહ સહ ખાના, હાગમૂત તાપર પથયાના;  
જરૂર હૈં પાંડુ કમલાર્ધ, સર્વગી સોળ મિટલાર્ધ.

૧૪

સારોડી મુજ, હું, લોચણની નંદર હવ, કડવાં પતંગ, કડોડેળ, ચુંક, અને બે  
ચોપો દેવદાર એકો સમાન કપ કપાઈ કરી સિંધાવણના પ્રવિનાત સાથે નવશેકો ખે  
એ સેની ઉપર પાંડુલ દૂર પીવામાં આવે તે પેટનાં દોં, પાંડુ કમલાર્ધ અને આખા અંગે  
ફાલકો સોળનો રોગ નાશ પામે છે. ૧૩-૧૪

પથયા સારોડી દેવદાર, બુધો સમાન કપાઈ કરે સારા;  
બુમલ ગૈમતર વ્યવપાના, ચોડે સર્વગી તાલુકાં બનાર.

૧૫

ચોપ ચોડે પાંડુ ત્વક નેક, સીલલ જરૂર જગદર હેલા;  
એક કોઈ છાંદે કદે ચાસા, કંતિના હૈં કરે સહિ વાસા.

૧૬

અર્થ - ચોડી, ચોપો દેવદાર, અને ચોપો ને ચારે સમાન કપ કરે તે  
સહ ઉપદેશ મુજબ વ્યવપાને ચારે દેવદારને અને તે અંગે અંગે  
સોળના રોગમાં અર્થ ૧, રોગ, કમલાર્ધ એકો પાંડુ ત્વક નેક, તે રોગ કમલ  
પાતળા આકારના, ચાસ ચડ. પેટના, કડોડી, જરૂર અને પાંડુ ત્વક નેક  
(ચોપ પથયા), અને શરીર કંતિના પાંડુ  
વૈધોએ જાણવું જોઈશે. ૨

(કોઈ સોળનો રોગ ન મરી શકે, નાચોડી મુજબ)

ચરનન સોં. હોંચી ગતિ કરહી, ચોડે અસાધ્ય મૃત  
તરની ચોડે અસાધ્ય હૈં સોઈ, પ્રકટી બદન નીચી ગતિ હોઈ.

૧૭

નાચિ થકી નીચી ગતિ બની, નરનારી ઘનોંકી હાની.  
તાલુકાં કંઠ બલદર સોઈ, ધનકા ચોડે ઉદર મિચ હોઈ.

૧૮

પુરુષ રોગીને જો પગથી સોળો પેન થકે ચોંનામણી ચડતો જતો હોય તો તે પુરુષ

સોળના રોગથી મુલેજ કરી શકે છે - નવલગ એ કે પુરુષને તેવી રીતિયે ચડેકો સોળો  
મોતની હાજરી અપાવે છે, તેમજ સોળીની મોં ઉપર પ્રથમ સોળો ચડી પગ અપી કાઢે  
જતો હોય તો તે સોળી મરણને ચરણના ચાપ છે, અને કડોડીથી સોળો પેદા થઈ પેડે બધા  
કાતરો જતો હોય તો પુરુષ અને સ્ત્રી બેઉને મરણનીજ કાચોતરી આપે છે. (જે સોળા  
આંગળી છાપી ઉપાડી લીધા પછી તે ખાડો બરડી પુરાતો નથી, અથવા સ્ત્રી પુરુષને  
બુધ બાગમાં સોળો ચડે છે તો તે પથ મરણનેજ અપાવે છે. માટે તેવા સોળના દર્શન  
વૈધોએ ત્યાગ કરવો.) તાળવા, ગળા કે પેટના બહોલર રોગમાં પણ પેટની અંદર સોળો  
હોય છે તે પણ બધાકારી છે. (આ પાઠ જંદા બર્ષો છે.) ૩-૪

(સોળના રોગોએ શું ન કરવું ?)

ખાડાં મધ્યદિન નિંદ્રા ન કરેનાં, કંઈ સાંસ મિષ્ટાન્ન ન ચરનાં;  
ચિકના લૂન કોહ્યા અગ્ર લારી, કોહરા વાલ માપ ચોરા બચારી.

૧૯

અગ્ર, અગ્રે લૂન લેની, શેકેલું માંસ, મિષ્ટાન્ન અથવા મીઠાં ભોજન, ચિકણી બીજો, શે  
મીઠું, કોહેલું અને બારી અગ્ર, કોહણ, કાલર, અગ્ર, ચોળા અને જુવાર એવી વસ્તુઓ  
આથી નહિ; કેમકે તે ગેરમાલો કરનારી છે. ૫

હરડે દો હલદી દેવદારા, શુઠ સાટોડી કવાથ ઉકારા;

કે દેવદાલી ચિત્રા શુકખાઇ, પોકર મૂળ કવાથસે' જાઇ. ૨૧

હરડેદગ, હળદર, દારૂ હળદર, ચોપડો દેવદાર, સુક, અને સાટોડી એઓનો કવાથ પીવાથી અથવા ફેફડેવાના ફળતું ચૂલું, ચિત્રા મૂળતુ ચૂલું અને ગોળ મેળવીને એવવાથી અથવા પોકર મૂળનો કવાથ પીવાથી અથવા તો ફેફડેવેતો ચિત્રા પોકર મૂળ અને ગોળ એઓના કવાથથી મેળવેતો રોગ મરી જાય છે. ૨૧

ગામૂત પક્ષા લે શેર ચારા, બડી હરડેદલ દો શેર ડારા;

કાઠા કરી ત્રય હિરસા ભરો, રહે શેરભર તજે ઉતારો. ૨૨

શુગલ મિરિ હરડે દેવદારા, કંકે ઔષધિ બીચ શુધારા;

સખહી ટાંક પાંચ પાંચ કરના, સોલ પાલ નિત ઉંદરે ધરના. ૨૩

ગાયતું મૂત પક્ષા તોલતુ ચારે રોર (એટલે કે ચાલુ તોલતુ આઠ શેર) લઈ તેમા હરડેદગ બશેર નાખી પકવતુ અને જ્યારે ત્રણ બાગતું બગી ફળ પકડે ૧ શેર રહે ત્યારે નીચે ઉતારી તેની અંદર રોષિતો શુગળ, હરડે, કુળા મરી અને ચોપડા દેવદારતુ વજ્રગાળ ચૂલું પાંચ પાંચ ટાંક બારતુ કરી દરરોજ સોળ વાવના અદાજવી નાખી પીનામા આવે તો સોજતો રોગ, ઉંદર રોગ અને બીજા કેટલાક રોગોનો નાશ થાય છે. ૨૨-૨૩

( બધા રોગ ઉપર મધુપક્ષ હરીતકી )

દશ શેરહ ગામૂત ઉકારો, દોઢ શેર બડી હરડે કારો,

સીંજ જાય તખ શુકલિ નિકારો, ત્રિકુટ ત્રિક્ષા તિલ્લતા ડારો. ૨૪

શાહુક શેર એક માંદિ મિલાના, તીન શેર શૂગલ રગડાનાં,

પાક પકાય ગાલી બનવાઇ, સખી શાફ પૈ વજ સમાઇ. ૨૫

ફળશોર ગાયતું ઝરણુ સે' તેની અંદર બશેર હરડે નાખી દેવી અને જ્યારે તે હરડે લઈ સીંજ જાય ત્યારે તેને દહાડી લઈ ચીરી અદરના હિલીયો દહાડી નાખના. તે પછી હરડેની અંદર ત્રિકુટ, ત્રિક્ષા અને નમોતર મેળવી ૧ શેર મધ અને ૩ શેર શુગળ ખી એક જવ કરી પાકી મિલ્લ ચણે ધુની ગોળાઓ બનાવી ઉપયોગમા લેવી જેથી બધી તના સોજત મરીજ જાય છે. ૨૪-૨૫

( મધુ પક્ષ હરીતકીનો બીજો વિધિ )

બડી હરડે પાશેર અઢાઇ, ચૌગુને ગામૂત માંદિ પકાઇ;

ફિરિ કાંજ ફિરિ છેલ પકાના, બીજ નિકારી ફિરિ કંકે મિલાના. ૨૬

ત્રિકુટ અજમા ઇદિયવ લાના, એથ અનાર ધવપુષ્પ મિલાના,

પીપળિમૂલ મારસા ઝરા, સંચલ સિધુ ત્રિમાલા ધીરા. ૨૭

મામ જાંબુ દાહુડી મીઝે, પાઠ પાપાનસેઠ ગુલ લીજે;

કાળીજ કાલીમિરચાઈ, તાજે ફિરિ કનકરસ લાઈ. ૨૮

ગ જતિકલ ચાતુરગાંતી, કુંકે રાજે સમ ચૂરન લાતી.

કેકે આથ મંડૂર મિલાઈ, તેતા ગામૂત મિમિ લાઈ. ૨૯

કેકે પયમે' લીજવી લીજે, પીછે મથ્યા બીજ ભરીજે;

તંતુગે લિપડાના, જગનાધીમે' ત્રણ પથરાના. ૩૦

તામે' ધરી ગોતકે ઉકારો, હુર એક મંદાસિ જરો;  
 શીતલ કરી શહદમે' ભરના, પક્ષ એક છીકે લે ધરના. ૩૧  
 પ્રાત એક હરડે નિત ખાઇ, પ્રમેહ શ્વાસ સંઘડણી જાઇ;  
 પાંડુ હરન તનપુષ્ટિ કરહી, શુધાખુલત આમવા હરહી. ૩૨  
 શોફ કુમળ સખ તાતછિત હનહી, ઉદર રોગ નલવૃદ્ધિ ખનહી;  
 મધુપકવ હરડે હે' નામા, ઇતને દર્દે' આવત કામા. ૩૩

અહીં પાશેર મોટી હરડે લઇ અહીં શેર ગાયના મૂતમાં બાણી લઈ ફરી ફરીને કાંઇ નામના ખાટા પદાર્થમાં દોહાયત્રથી પકવી તેમાંથી ટળાયા કદાહી નાખવા અને તે પછી તેમાં નીચે બતાવેલી દવા ભરવી. એટલે કે ત્રિકટુ, અજમો, ઇન્દ્રજવ, મોથ, દાકમલાણ, પાવડીનાં ફૂલ, પીપરીમૂલ, મોચરમ, છક, સંચન, મિથાનુચ, ગરમાળાને ગોળ, આંત્રાની ગોટલી, વંત્રુનાં મીન, કાળાપાક, પાપાણુબેદ (લાકડીયો), શુદ્ધ કરેલાં ધંતુરાનાં બીજ, કાળા મરી, ધંતુરાનો રસ, લવિંગ, નયણ, આતુર્ગત (તંગ, તમાલપત્ર, એલચી, નામ-કેસર), અને ઉપેક્ષ એઓ બધાં સમાન લેવાં (તોલા તોલા ભાર લેવા). અને એઓના વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણથી અથવા બાગે શુદ્ધ મધુર અને તેની બરોબર ગામતું હી તથા સાકર લેવી. ત્યાં બાક ગાયની છાશ અને દૂધમાં તે સર્જને બીજની કળિયા કહારેલી હરડેઓની અંદર તે ભરી દઇ તેને સૂતરના કાયા તાંતણીથી લપેટી જમનાથીના ત્રણ પડમાં ગોઠવી ગાયની છાશમાં મદાશિત્તે એક પહોર ઉઠાણા લઇ નીચે ઉતારી કંડી થવા બાદ મધની અથવા દૂધાડી દેવી અને એક પખવાડીયા લગી છીકામાં મૂકી રાખવી. તે પછી દરરોજ સવારે એક એક હરડે ખાવી, જેથી પ્રમેહ, શ્વાસ, સંઘડણી, પાંડુ, દુર્બલતા, આગતાત, મોજો, કમજબત, પેટના રોગ અને નાજ વૃદ્ધિ આદિનો નાશ કરે છે, બૂખ લગાડે છે અને ઘરીરને તાકતદાર બનાવે છે. (તથા રૂબર સાફ કરે છે.) આનું નામ મધુ પકવ હરીતકી છે અને એટલાં બધાં દર્દોપર ઉપયોગી છે. ૨૬-૩૩.

(બધા સોળઓ ઉપર ગુગળ પાંડ)

હરડે પુષ્કરમૂલ કિરાતા, ત્રાયમાણ પીપર મુખદાતા;  
 વાસા શૂંક શૂંગી વરધારા, સૂટી મિરિ ચોપડ દેવદારા. ૩૪  
 શતાવરી અજમોદ રાસના, પીપરીમૂલ દો દો ટંક બતા;  
 સોલા ચીજ લઈ ટાંક બત્તીસા, ચિત્રા છાલ, સખ સમ કરી પીસા. ૩૫  
 ઠાંક બત્તીસ ગૂગલ કર પૂરા, સખ મૂદ્દમ રગડી કર ચૂરા;  
 ગોચન કે ધૃતભાંડ મિલાઇ, શુદ્ધર ખરની મે' ભરવાઈ. ૩૬  
 દો દો ટાંકલ વજન' તુલાના, દિનમે' દોઉ બખત નિત ખાનો;  
 ઉજ પાની અતુપાન કરાઈ, સખે જાતકી રોફ મિદાઈ. ૩૭

હરડે, પુષ્કરમૂળ, કરિયાતું, ત્રાયમાણ પીપર, અરદૂમી, શુક, દાન્ડસિંગી, વરધારો, દુવરો, મરી, ચોપડો દેવદાર, શતાવર, અજમોદ, રાસના અને પીપરીમૂળના મદોહા એઓ સોળ ચીજો બધે ટાંકગ લેવી એટલે બધી મળી ૩૨ ટાંક થઇ. તેમાં ૩૨ ટાંક ચિત્રામૂળથી છાવ અને ગૂગળ ખજ શુદ્ધ કરેલા તેટલાજ માપથી લઇ યથેચિત રીતિને બનાવોને મધુ હરી ગાયના ધીમાં મેળવી એકઠા કરી સુન્દર ખરણી ૩૩ કે ૩૪ ગાળા વાસવમાં બંધી

લેવું. હમેશાં એ ટંક બળે ટાંકભાર હેંટા. ખાણી સાથે સેવન કરવાથી આ ગૂંચળાને પ્રયોગ સોળ માત્રનો નાશ કરે છે. ૩૪-૩૭

( બધા સોળઓ ઉપર પુનર્નવાદિ ધૂત. )

સાટોડી ટંકન દશમૂલા, હરે દેવદાર સમતૂલા;  
પંચલૂન સાજી જવખારા, નિસોત ગૂંચલ કવાથ કરે સારા. ૩૮  
કાઠા સમ ગાધિરત મિલાના, ફિર અગ્નિ કરી ધિરત પકાના;  
હરે ચૂરત સહુ ધૂત ખાધ, સખ તનકા સોળ ભિટ જાધ. ૩૯  
સાટોડી મૂળ, પાટીઓ ટંકણ, દશમૂળ, હરે, દેવદાર, પાંચે ભતિનાં લણ, સાજી, જવખાર, નિસોતર, અને શેષેતો ગૂંચળ લઈ એઓનો નિયમ મુજબ કાઢો કરી ગળી લીધા ખાદ તેમાં કવાથ બરોળર ગાયનું ધી મેળવી કાઢો બળતાં લગી પકવી જ્યારે ધી ખાકીમાં રહે ત્યારે નીચે ઉતારી સુંદર પાત્રમાં ભરી રાખવું. એ ધી થોડા અંદાજથી હરેના ચૂર્ણ સાથે પીવામાં આવે તો સર્વોગે ફેલાયલા સોળ મટીજ નાશ છે. ૩૮-૩૯

( બધા સોળઓ ઉપર લેપ )

અર્ધદુધ થેરે રગડીજે, નાલિકમળ હારી સખ દીજે;  
તામે હરેકલ છુરકાના, વડપત્ર બાંધે શોફ સખ જાના. ૪૦  
આકાડાનું દૂધ પેટ પર નાભિની અંદર ભરી રેવું અને તેની ઉપર હરેનું ચૂર્ણ બગરાવવું ઉપર વડનું પાંદડું બાંધવું જેથી સોળે ગાન ઉતરી નાશ છે. ૪૦

( નાલ કંઠના ઉપાય. )

ગુગલ અસેલ કણવીર મૂલા, સખે રગડના કરિ સમતૂલા;  
જઠરે બંધેરન જળે કરાઈ, નાલકંઠ સોળ સખ જાધ. ૪૧  
પેંચાંગ લાંગરા રસ અધશેરા, ગાદૂધકા એક પાશેરા;  
છાગમૂત પટ ટાંક મિલાઈ, પ્રિયે પ્રાત નાલકંઠ બાઈ. ૪૨  
શેર અઢાઈ સરસાવ તેલા, સાડે તીનશેર લીંચુ રસેલા;  
સાડે સાત ઇંચુ રસ લાઈ, મરદન ધૂપ નાલ કંઠ જાઈ. ૪૩  
ગૂંચળ, અશોળિયો અને કણેરનાં મૂળ સમાન બાગે લઈ ઘુંટી થેરે બધાણ-બાંધવું જેથી, અથવા જળબાંધારનો પચાગ રમ અધશેર, ગાયનું દૂધ પાશેર અને બકરીનું મૂતર ૭ ટાંક મેળવીને સવારે સવારે પીવું, અથવા તો અડીશેર સરસીડ, સાકા ત્રણશેર લીંચુનો રસ અને સાકા સાતશેર શેકડીનો રસ લઈ ચરીરે મસળવો અને તડકે ખેસવું જેથી નાલકંઠ રોગ મટી નાશ છે. ૪૧-૪૩

( પાણી નિકાસના ઉપાય )

લીંબ પાત રસ રગડી પીજે, કે ટ્રો અર્ધજડ ચાવન દીજે;  
ચીંચની જલ કાઠા કરી પાઈ, પાની રસકો પાની જાધ. ૪૪  
લીંચુ રસ ગંધક અવલેહી, પાની સહુ પીના નિત ચેહી;  
જેહી મધ જડ ચાવી ખાઈ, કે છરા જલ પિયો લીંબાઈ. ૪૫  
કે આમલા કવાથ કર પાઈ, પાની રસ દુખ દૂર બહાઈ;  
કે શાખર શિંગ વાસિ જલ પીના, પાની રસકા અંતહ કીના. ૪૬

લોખાડાના પોંદડાને રસ પીવાથી, અથવા ધરો અને આકાશની જડ આવવાથી, આંખલીના રસનો ઉકાળો પીવાથી, અથવા લોખના રસમાં ગંધક મેળવી પાણી સાથે પીવાથી, અથવા જેડી મધનું મૂળ આવવાથી, અથવા જીરોને પાણીમાં પલાળી પીવાથી, અથવા આમળાને કાઢો કરી પીવાથી, અથવા શાબર(શંખ)ને વાસી પાણી સાથે ઘસી પીવાથી પાણી રસનો વિકાર દૂર થાય છે, ૪૪-૪૬ (અપૂર્ણ.)

## પ્લેગપ્રતિજનનક ઉપાય.

અનુવાદક: ( ન્હાનાલાલ સી. ઉપચારક. આરોગ્યબુવન. કચ્છ-કોડામ )

અગ્નિમાં બાળવાથી જન્તુઓનો નાશ કરનારી ઔષધિઓ.

કપૂર, સફેદચંદન, લાલચંદન, ગળો, લીંબડાનાં પાંદડાં, લીંબડાની લીંબોળી, લીંબડાનાં ફૂલ, અગર સેસચંદર ( ધસસ ચંદર ), સિરસ ( સર્પવ ) વૃક્ષની છાલ, સફેદ સર્પવ, વાવડીંગ, નાગકેસર, કરીયાતું, સાહતરા ( ગડોગાજરો સિધીનામ છે યુનાની ઔષધી છે ), ધાણા મુખ, ખસ, ગુમલ, ઘૂપની છાલ, વાંચુંગા (અરુપન્દ), હોંગ, કપાસીયા, નાગરમોયા, સુગંધી વાળા, આકાશનાં ફૂલ, બાકાવન વૃક્ષની છાલ (લોખડાનો ભેદ છે,) નમાગળો (મરવો), તુલસીની જડ, નીલોદર, ગુલાબનાં ફૂલ, જામર, કુંવાડીઓ, ચંબેલીનાં પાન, કમલગદા, નગન્દચૂરી, નીલકંઠી, કરતૂરી, કેશર, અમ્બર, નવકુલ, લવીંગ, જાવિત્રી, દોડીઓસોબાન, નિરવસી, દોહોળું સફેદ, બેદચુરક, દિશમિશ, દુહારીખારક, બુઝાબુઝી (લક્ષમણી લક્ષમણી) બાલી, કામર આદિ આદિમાંથી જેટલી વસ્તુઓ મળે તેનો ભૂકો, કરી રાખવો અને નિત્ય બાળ્યા કરવો. પરન્તુ કપૂર, ચંદન, લીંબડાનું પંચાંગ ગુમળ, સાહતરા, ઘૂપની લાકડી, સુગંધીવાળો, અગર, નાગરમોય, સફેદસરસવ, વાવડીંગ, લોખાન આદિ જાતની વસ્તુઓ બાળવાની વસ્તુઓમાં જરૂરજ મુખ્ય આવવી જોઈએ,

અહિઆં એટલી પ્રાર્થના કરી દેવી જરૂરની સમજાય છે, કે આ સર્વે કરતાં ઉત્તમ રોગ જન્તુઓનો ઘાત કરનાર, પવનશોષક, અને વિપનાશક ધી ( પૂત ) છે. આજે તે જીવ હોય ખી દૂધ પીવરાવતું એક ઉત્તમ ઉપાય કહેવાય છે. અસ્તુ. ઉપલી તમામ વસ્તુઓને ધીમાં સારી રીતે મેલવવી જોઈએ, જેથી જ્યાં અગ્નિની ગરમી અધિક હોય ત્યાં દુર્ગન્ધનો નાશ કરવા વાળી વસ્તુઓ પણ અધિક થઈ જાય.

આ સિવાય પણ ધી પોતાની શક્તિ અનુસાર નાખતું જોઈએ અને ધનના બપૂઈ બપૂ મનો બાન્તિપુકત વિચાર છોડી દેવો જોઈએ. જે વસ્તુથી આપણું જ નહિ પરન્તુ આપણા સમગ્રન્ધિઓનું પણ સ્વાસ્થ્ય સચવાય તે વસ્તુનો ઉપયોગ યથા સામર્થ્ય શા માટે ન કરવો ? \*

\* આપોના અને ખાસ કરી લાક્ષણિકતા નિત્ય નિવશિત કર્મો પૂલ સંધ્યા આદિમાં મદ-ધિઓએ ઇષ્ટ દેવ પાસે સુગંધી ધૂપ તથા ધીનો દીપક પ્રાપ્ત: તથા સાયમ પવિત્ર યજ્ઞ કરવાની સાદ્ સાદ્ આત્મા દ્રમાવી છે તેમાં તેઓએ કેવી દીર્ઘદૃષ્ટિ વાપરી છે તેનો અતુલનિ ખ્યાલ કરી શકો છો. કે ધણી સુધરેલી કહેવાની અમારી પ્રજામાં આ વિધિનો સર્વથા લોપ થયો છે. તેઓને સ્વસ્થની આકાંક્ષા હોય તેઓએ આ વિધિનો આશ્રય લેવો જોઈએ, અને અતુલન્ય અનેક પ્રકારના સંસારિક રોગોથી પોતાની અને પોતાના કુટુંબની રક્ષા કરવી જોઈએ. પ્રગત્સનીય છે તે સમજવો કે તેઓ સત્ય વસ્તુનો આદર કરતાં લજ્જા સ્પદ નથી યતા.

## હિસ્ટ્રીકશનની એક નવી રીત.

સુખમાં ડાક્ટર એલજી નામના એક પારસીએ અનુભવ કર્યો કે પ્લેગના રોગથી બચાવવા માટે ધરતે શુદ્ધ કરવા માટે હાઇડ્રો કાર્બન એક અત્યુત્તમ વસ્તુ છે. અજવાળાને માટે કોલસામાંથી જે એક પ્રકારની ગેસ (હવા) બનાવવામાં આવે છે, તે કોલસામાંથી તે તત્વો છૂટા પાડ્યા છે કે જે ગેસ (હવા) પ્રમાણના કામમાં આવે છે; તે પછી જે રૂચો બાકી રહી જાય છે તે હવામાં ઘણો ભાગ હાઇડ્રો કાર્બનનો રહે છે.

ડાક્ટર એલજી આ બાકી વધેલા પદાર્થને જમીન ઉપર પાથરી મૂકે છે, અને હત્વેના દરમાં પણ નાખી દીધે છે કેમકે આ પદાર્થ જેટલો જરૂર હોય તેટલો ઝીણો વાટી શકાય છે. અને તે પછી તેને અગ્નિ લગાડી દેવામાં આવે છે. આનાથી એકતો ચોરસમાં ગરમી વધી પડે છે, બીજાં તેના ધુવાડો જે જન્તુઓને માટે ઘોર વિષ છે તે બીંનના ન્હાનાં ન્હાનાં બારીક છિદ્રોમાં પણ પ્રવેશ કરે છે. આ ધુવાડો બારી પણ હોય છે.

કહેવામાં આવે છે કે સુખમાં જે જે ઘરોમાં આ ક્રિયાથી શુદ્ધ કરવામાં આવી છે તે ઘરોમાંથી એકમાં પાઠો પ્લેગ થયોજ નથી. બીજી રીતિઓથી પ્લેગરાગા ઘરોમાં સારી રીતે શુદ્ધ થઈ નહીં. કેમકે કલકત્તાના મુમન્ધમાં ત્યાંના પ્લેગ ડાક્ટરોના અનુભવ ઉપરથી એમ માલુમ પડ્યું કે જ્યાં એકવાર પ્લેગ થયો તે સ્થાનને-૬-૬ વાર શુદ્ધ કરતાં છતાં પણ પ્લેગ ફરીથી પ્રકટ થવાનો ભય દૂર થયો નહિ, અને પાઠો રોગ ઉત્પન્ન થયો. પરંતુ સુખમાં હાઇડ્રો કાર્બનથી એક વખત શુદ્ધ કરવાથી તે સ્થાનમાં પાઠો પ્લેગ દેખાયો નહિ. આ અખતરા સુખમાં ડાક્ટરોની સમક્ષ કરવામાં આવ્યા છે, જેથી તેમાં કોઈ પ્રકારનો સંશય ન રહે.

પ્લેગથી બચવાને માટે રૂઢિચરને શુદ્ધ રાખો, કેમકે લોહીમાં રોગજન્તુઘાતક શક્તિ બરેલી છે.

રૂઢિમાં બીજા પદાર્થો સિવાય જે પ્રકારના દાણા બેવામાં આવે છે, જેને અંગ્રેજીમાં બ્લડ કોર્પસક્લ (Blood corpuscles) કહે છે. એક લાલ અને બીજા શ્વેત. રૂઢિમાં શ્વેત પરમાણુ ધ્રુવરે એટલા માટે ઉત્પન્ન કર્યા છે કે જે કોઈ મલીન પદાર્થ અથવા પરમાણુ શરીરમાં દાખલ થઈ જાય, તો તે તેનો નાશ કરી દે. જે વખતે પ્લેગના જન્તુઓ શરીરમાં દાખલ થાય છે તો સફેદ રક્તના પરમાણુ (White Blood Corpuscles) તેની સામે થાય છે. આ શ્વેત પરમાણુ એક લેસદાર (લીકમયુક્ત) પદાર્થમાંથી બનેલા હોય છે. આ શ્વેત પરમાણુઓ પોતાની ક્રિયાશક્તિથી લાંબા ચળને જન્તુઓને ચારે બાજુ વીંટલાઈ વળે છે. અને તેને દરએક દિશામાંથી એના તો દગારે છે કે જન્તુઓ સ્વધામજ પહોંચી જાય. આ પ્રમાણે એક જાતનું યુદ્ધ થાય છે. જે કદી જન્તુઓની સંખ્યા અધિક હોય અને શ્વેત પરમાણુ પૂરા ન હોય અથવા નિર્મન હોય, તો જન્તુઓનું સમર્થ્ય વધે છે. અને તેથી વિલંબ કદાચિત પરમાણુઓ બલનાત થઈ જાય તો જન્તુઓનો નાશ થાય છે; અને કોઈ પણ પ્રકારનો રોગ થતો નથી. અંગ્રેજોએ અખતરા કરીને એ સાબીત કર્યું છે કે આસ્કોહલ (મગમાગ), તથા અશ્લીષ લોહીના શ્વેત પરમાણુઓને વધારે છે. અમને નનાઈ લાગે છે કે ડાક્ટરો શા માટે એવી એવી વાતો વિચરે છે કે જે એક બાજુ લાભ કરીને બીજી બાજુ તંદુરસ્તીને ધૂળમાં તદ્દન સમાવી નાખે છે.



## જાણવાયોગ્ય.

### દીર્ઘાયુષ્ય મનુષ્યો.

- ૧ હૈદરાબાદના પહેલા નીઝામ ઉવગુલ્ક ૧૦૪ વર્ષ જીવ્યાનું સાંભળવામાં અને વાચવામાં આવ્યું છે.
  - ૨ વનરાજ આવડો ૧૧૦ વર્ષ જીવ્યો હતો.
  - ૩ અસોફીની મરણ સમયે ૧૦૪ વર્ષની ઉંમર હતી.
  - ૪ ઉમરેકમાં એક માલણીની ઉંમર ૧૨૦ વર્ષની નોંધેલી છે.
  - ૫ દેવગઢના માલી ગામનો એક કોળી ૧૨૫ વર્ષનું દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી મુજબો હતો.
  - ૬ ઇંગ્લેન્ડના ચૌકીશીયર પ્રજાણમાં હેનરી જેન્કીન્સ ૧૬૯ વર્ષ સુધી ૩૫ જીવ્યો હતો. એને માટે એમ પણ કહેવામાં આવે છે કે ૧૦૦ વર્ષથી વધારે વયે તે તરવાની કસરતનું કામ કરતો હતો અને શારીરિક શક્તિવડે સન ૧૫૧૩માં ફ્લાહન ફીલ્ડની લડાઈમાં નામદાર બ્રીટીશ સરકારના ધનુર્ધરે માટે એક મોટું ગાકુ બાણોનું ભરીને જોડી ગયો હતો તથા જીવનના અત સુધી એની બધી ઇન્દ્રિયોની શક્તિ સતેજ અને બહુ મજબુત હતી.
  - ૭ લુધવીયમ મીડ એમ ડી. એમણે ૧૪૮ વર્ષે પ્રાણત્યાગ કર્યો હતો.
  - ૮ મીસીમ મેરી ૧૩૩ વર્ષ સુધી જીવી હતી.
  - ૯ કાઉન્ટેસ ઓફરેઝમડ ૧૪૮ વર્ષ પર્વત ઈંચ્યાં હતા.
  - ૧૦ એક સ્કોટીશ વનિતા મીસીસ આરગેરેટ પેટન એમણે ૧૩૭ વર્ષની ઉંમરે પ્રાણ ત્યાગ કર્યો હતો.
  - ૧૧ પ્રખ્યાત યોગસ પાર ૧૫૨ વર્ષ જીવ્યો હતો. અને એમણે ૧૩૦ વર્ષની ઉંમરે લગ્ન કરી ૨૦ વર્ષ લગી સુખપૂર્વક દિવસો નિર્ગમન કર્યાં હતા.
  - ૧૨ જોનાથન હોટ ટોપ ૧૩૯ વર્ષનું વય ભોગવી રાક્યા હતા.
- એ ઉપરથી સ્પષ્ટ રીતે સમજાય છે કે શારીરિક શક્તિ, દીર્ઘાયુષ્ય અને આરોગ્ય અવસ્થા ભોગવવી એ આપણા પોતાનાજ હાથમાં છે.

( વ્યાયામ માસિકમાંથી. )

### પ્રકીર્ણ જાખતો.

- પાણીમાં જન્તુઓ—પ્રો' ફોક્ નામના એક ગૃહસ્થે એવું સિદ્ધ કર્યું છે કે એક દીપા પાણીમાં ૨૬૦૦૦ ધણા નાના જન્તુઓ હોય છે.
- લીલાં ફળ ઉપર રહેતા જન્તુઓ—ફાફ્ટર એરીચ નામના એક નામાંકીત જર્મને ફેટલાક પ્રયોગોથી સાબીત કરેલ છે કે,
- ૧ એક રતલ કાળી દ્રાક્ષ ઉપર ૧૧૦૦૦૦૦૦ જન્તુઓ રહે છે.
  - ૨ એક રતલ લીલી દ્રાક્ષ ઉપર ૮૦૦૦૦૦૦ જન્તુઓ રહે છે.
  - ૩ એક રતલ ચેરી ફુટ ઉપર ૧૨૦૦૦૦૦૦ જન્તુઓ રહે છે.

( સત્સંગ ).

# “ફલેચરીઝમ” — અથવા ખૂબ ચાવીને ખાવું.

અને

ખાતી વખતે મનને શાન્ત રાખવું.

( લેખક:—રા. ચેક ફરામજી ખરસેવજી. )

અમેરિકાના એક શુદ્ધ મિ. હોરસ ફલેચરે આવવાને તો એક કળા બનાવી દીધી છે. તેની એ પદ્ધતીથી હમણેને લાભ થયો છે. તે પોતે મેદકદિથી પીકતો હતો, અને તેનું વજન ૨૦૫ જેટલું થઇ ગયું હતું. અને તેને લીધે તેને કેટલીક એવી ગંભીર ફરિયાદો થવા કરતી કે તેના કે.ઇ. વીએ પણ ઉતારવું નહિ.

તેણે પોતાની શોધ સને ૧૮૯૮ માં સર કરી. તેણે બરાબર આવવા ઉપર પૂરતું ધ્યાન આપવા માંડ્યું. આ પદ્ધતિ તેણે પોતે પૂર્ણ અંશે સ્વીકારી અને તે પછી ખીન્નજોએ પણ તે ઉપાડી લીધી. કાંઈ પણ ખોરાક પૂરેપૂરો ચવાઇ જાય અને તેમાં કાંઈ સ્વાદ નાહી, રહે નહિ અને એકરસ બની જાય નહિ ત્યાં સુધી તે ગળે નહિ ઉતારવાનું આ કળા શીખવે છે. કુચા, છોલાં કે ચવાય નહિ તેવા જે પદાર્થો મોઢામાં પાડી રહે તે યુકી ટાકવો જોઈએ. આ પ્રમાણે ખોરાક લેવાની રીતને પરિણામે મિ. ફલેચરને માત્રમ ૫૩૫, કે પ્રથમ જેટલો ખોરાક તે લેતો તેના કરતાં અડધા ખોરાકથી તેની લૂખ તોમ થતી; તેનું વજન પણ ઓછું થવા લાગ્યું, અને ત્રણ મહિનામાં તો તે ૨૦૫ શરીર ઉતરી ને ૧૬૭ શેર થયો; તોપણ તેનામાં શરીરજન વધતું જણાયું, અને તેનામાં જીવાનીનો જુરસો જે પહેલાં તો ખીસકલ નહેતો તે પાછો જણાવા લાગ્યો.

મિ. ફલેચરની આવવાની કળાના મંબધમાં કેમ્બ્રીજની યુનિવર્સિટીમાં ધ્યાનપૂર્વક અભતરા કરવામાં આવ્યા હતા. અને સર માઇકલ ફેરટર તે સંબધમાં જણાવે છે કે—

- ( ૧ ) સાધારણ રીતે માણસો જેટલો ખોરાક લે છે તે કરતાં ઓછા ખોરાકથી જૂખ તો તોમ થઇ જાય છે એ નિર્ણય વાત છે.
- ( ૨ ) જૂખ ઉપર તત્કાળ અને ધ્યાન બેસે એવી અમર એ થાય છે, કે આવવાથી રસનેન્દ્રિયની શક્તિ વધે છે, અને જીભને પછી વધારે સારો ખોરાક પામે પડે છે તથા તેને માંસાહાર ગમતો નથી.
- ( ૩ ) કેમ્બ્રીજના અખતરાથી આ વાત તો છેક પુરવાર થયેલી છે, કે આંતરડાંમાંથી નીકળતા મળ ઉપર ચર્ચણની કળાની ધણી અસર છે.
- ( અ ) ગળ ધણે ખોજો થઇ જાય છે.
- ( ઘ ) મળની ફરેધ ઓછી થઇ જાય છે અને તેની અર્જુઓ ઉપજાવે એવી બાજો આવતી નથી.

આ બીજી વાતથી એમ સાબીત થાય છે, કે આવવાની સામાન્ય રીત કરતા આ પ્રમાણે પૂરેપૂર્ણ ચાવાથી આંતરડાંમાં રહેલા ખોરાકનો સડો ઓછો થાય છે.

મિ. ફલેચર દરરોજ બે વાર જમે છે, અને આવવામાં પૂરો પોણો કલાક લેવાડે છે. બન્ને વાર જમવાને એ પુષ્કળ વખત મળ્યાગ. દરેક જણે નિશ્ચય કર્યો નોંધ્યો, કે ખોરાકને મોંના

અમી સાથે પૂરેપૂરો મેળવી દેવા સાફ વધારે વખત લગાડ્યો અને વધારે સંભાળ લેવી. તો પછી પાચનક્રિયાની સાધારણ ફરિયાદોમાંથી આવવાની એ રીતને અનુસરનારાઓ હમેશાં છૂટા રહે છે, અને નકામા ખોરાકના કુચાના ગોળાથી આંતરડાંની જે શક્તિ ઓછી થવાનો ભય છે તે શક્તિ તેમનામાં વધતી જાય છે.

મિ. ફલેથર કહે છે, કે પાંચ વરસ ઉપર મેં મારી લાગણીઓની વાત જાહેર કરી હતી કે—“હું આળીશ વરસે જેવો હતો તે કરતાં સાડ વરસે વધારે જુવાન લાગું છું.” તે વખતે મને એવો ભરંસો નહોતો, કે પચાસ, કે સાડ વરસે હું જેવો હતો તે કરતાં પણ પાંસડ વરસે હું પાછો વધારે વનદુસ્ત જની શકીશ.

મી. ફલેથર સાહેબ જરાંજર આવવાના નીચે મુજબ સાદા નિયમોની ભલામણ કરે છે:—

(૧) શરીરે સાબુ અને લૂખ્યા હોવા મિવાય કદિ જમવું નહિ.

(૨) જ્યારે બહુ કંટાળેલા કે કોપેલા હોયએ ત્યારે કદિ જમવું નહિ.

(૩) જેનો ખરાબર સ્વાદ લાગે તેજ જમવું.

(૪) પ્રવાહી કે ઘટ્ટ કે પોચા બધા ખોરાકમાંથી પૂરેપૂરો સ્વાદ લઇ લેવો અને પછીજ ગળે ઉતારવો. કોઇ પણ ખોરાકના કોળીઆનો પૂર્ણ મેદો થઇ જાય અને તેનો સ્વાદ પૂરેપૂરો લેવાઇ રહે નહિ ત્યાં સુધી તે ગળે ઉતારવો નહિ. એમ થયા પછી તો ખોરાક તેની મેળજ ગળે ઉતરી જશે.

(૫) જમતી વખતે થોડી રૂચિ રહે એટલું જમીને ઉમા થવું.

(૬) ઓછું જમવું, પણ તે જેમ અને તેમ વધારે ચાવી ચાવીને જમવું. તેમ કરવાથી તમને આનંદની અને પોષણની બન્ને બાબતમાં ઉત્તમ પરિણામ જણાશે. તમે કેટલું જમો છો, તેના કરતાં કેવી રીતે જમો છો, તે વાત જ તમને ફાયદાકારક થશે.

(૭) જે તમને જમવાનો માત્ર પાંચ જ મિનિટ વખત મળે, અને તે પર્જી ધણી વાર સુધી જમવાનો વખત મળે એવું ન હોય, તો પણ જમવામાં ઉનાવજ કરી નહિ. જાણે કે આખો એક દલાક જમવા માટે મળેશે એ એમ વિચારીને જમવું.

(૮) દરેક કોળીઓ જે તમે ખાઓ તેનો પૂરેપૂરો સ્વાદ લઇ લેવો, યાદ રાખવું જોઇએ કે સ્વાદ એજ પાચનક્રિયાનો મુખ્ય મદદગાર છે; અને પચવાના પ્રમાણમાં શરીરને પોષણ મળે છે. ઉતાવળે ઉતાવળે અતિશય ખોરાક ગળવો તેના કરતાં થોડો મણ ખરાબર ચાવીને ખોરાક ખાવો તે વધારે સાફ છે.

(૯) મનની સ્થિતિ અને મનોવૃત્તિ પણ પાચનક્રિયામાં અસર કરે છે. એજ ખરી આવવાની કળા છે. એક કોળીયો આળીશ કે પચાસ વખત ચાવીને ખાવો એવું નામ કાંઈ આવવાની કળા નથી. કોઇ પણ કોળીયાનો પૂરેપૂરો મેદો જની જાય નહિ, અને તેમાં રહેલો સ્વાભાવિક સ્વાદ પૂરેપૂરો લેવાઇ રહે નહિ, ત્યાં સુધી તે ગળે ઉતારવો નહિ, એજ આવવાની કળાનો મુખ્ય સિદ્ધાન્ત છે.

ખાવે એવું અને ખરી લૂખ લાગે ત્યારે, જ ખાવું; અને તે પણ ચાવી ચાવીને ખાવું એ ખરી ચર્ચણની કળા કહેવાય છે.

મનમાં કાંઈ કંટાળો હોય ત્યારે એ રીતે ચાવી ચાવીને ખાવાથી પણ કાંઈ ફાયદો નથી; જમવા દાણે મન હમેશાં આનંદમાં રહેવું જોઇએ.

હવે આપણે દ્વિતીય સાહેબે આપણને જે સૂચનાઓ-આપી છે તેનું સ્વસ્થ નોંધ્યો.

આપણા મોદામાં છ ટ્રાંચિઓ છે: ત્રણ એક બાજુ અને ત્રણ બીજી બાજુ. એ ત્રણેમાંથી થુંક જેવો પ્રવાહી પદાર્થ નીકળે છે, અને જ્યારે કોઈ ખાવાનો પદાર્થ આપણે મોદામાં નાંખીને ચાવીએ છીએ, ત્યારે એવો પ્રવાહી પદાર્થ વધારે જલ્દામાં નીકળે છે.

એમ પુરવાર થયું છે, કે ચોવીશ કલાકમાં સામાન્ય સ્થિતિમાં સામાન્ય રીતે એકરી જે શેર થુંક નીકળે છે.

જે ટ્રાંચિઓમાંની જે કાન પાસે, જે જીભની નીચે અને જે જલ્દમાં નીચે હોય છે,

(૧) થુંકથી મોટું અને જીભ નિરંતર બીનાં રહે છે અને તેથી બોલવામાં અને દાખવામાં જીભનું કામ સહેલાઈથી થાય છે.

(૨) ખાવાના પદાર્થો ઘીંત વચ્ચે ચવાય છે. તેને થુંક એકરમ બનાવે છે અને તેથી સ્વાદ સમજી શકાય છે.

(૩) થુંક ખોરાકમાં મળાને તેને નરમ કરે છે તેથી ચાવવાનું તથા ગળવાનું કામ સહેલું થાય છે.

(૪) થુંક ખોરાકમાં મળાને તેમાં રસાયણિક ક્રિયા કરે છે, અને વિશેષ કરીને સ્ટાર્ચ સાંકડાળા ખોરાકને પચાવવાના કામમાં મદદ કરે છે.

(૫) થુંકમાં એક ચોક્કસ પદાર્થ છે તેથી જેમ જેમ ખોરાક ચવાય તેમ તેમ તે બારીક થઈ જાય છે તેથી તે ચોક્કસને લીધે તેનો એવો લોહો બનાવે છે કે મોદામાં સહેલાઈથી આમતેન ફેરવી શકાય અને ગળવામાં પણ સહેલું પડે.

આપણે જે ખોરાક પાક્યો છીએ તેમાં લાઇ-સ્ટાર્ચ-જેવો પદાર્થ હોય છે. દાખલા તરીકે જોજરાનો શેટ લાઇએ તો તેમાં આશરે ૭૦ ટકા લાઇ ( starch ) છે. જ્યારે કામળ ચોરસને માટે થુંકને જલ્દી લાઇની જરૂર પડે છે, ત્યારે ચોખા કે ઘઉંનો શેટ લાઇને આપણે તેમાં પાણી નાંખી ઉકાળ્યો છીએ, આ લાઇ પાણીમાં પીગળતી નથી; પણ થોડી વાર પાણીમાં ઉકાળવાથી તેમાં ફેરફાર થાય છે અને પછી પાણીમાં પીગળી જાય એના રૂપમાં આવે છે. અને એ રીતે વધારે વાર ઉકાળવાથી તેમાં મીઠાગ પણ આવે છે.

હવે ધણું ખામશે બાજરી તો એમને એમ ચાવીને ખાય છે. જ્યારે લાણા મોદામાં નાંખીએ છીએ ત્યારે કોઈ પણ જાતનો સ્વાદ હોતો નથી. પણ વધારે વાર ચાખ્યા પછી તેમાં મીઠાગ આવે છે. ચાવવાથી પહેલાં તો તે લાણાનો શેટ થાય, અને તેને વધારે વાર ચાખ્યાથી ( પાચો-જવાથી ) આપણા મોદામાંથી જે થુંક આવે છે તેની સાથે એ લોટ મળી જાય છે, અને કેટલાક રસાયણિક ફેરફાર થાય છે. એટલે પછી લોહની જે લૂની ક્રિયા થઈ જાય તેની સાકર જેની મીઠાગ નીકળે છે. આ તે ટ્રાંચિઓમાંથી નીકળતા થુંકનો એક ઉપયોગ છે, જેમ વધારે વાર ચવાય તેમ લૂષ વાળા પદાર્થો થુંક સાથે સારી પેઠે અને પૂર્ણ રીતે સેવન થાય છે. અને થુંકમાં રહેલા થુંકથી તે સર્વ લૂની માફક થાય છે. આમ ખૂબ ચાવવાથી થુંકના જલ્દાને લીધે ખાવાનો પદાર્થ અધે પાણી જેવો ઘડતો મળા વાટે પેટમાં જાય છે.

ચોખા, પટાયા વગેરે પદાર્થો જે લાઇવાળા છે તેને કેટલાક પાણીમાં થોડો વખત રાંધવામાં આવે છે તેનો જેનું પણ ખાઈ છે. લૂષ ન્દાની ન્દાની ગોળીઓ કે કચુના રૂપમાં હોય છે.

આ કણુ ઉક્તવાથી ફાટે છે, અને સાધ જહાર નીકળે છે. અને ગરમ પાણીમાં થોડી વાર રહેવાને લીધે રસાયણિક ફેરફારો થઈને તે લઘુ ધણે ભાગે સાકર જેવી બની જાય છે.

ખટાટને બૂંજતાં તે કદમાં મોટા માત્રમ પડે છે. તેને ગરમી લાગવાથી અંદરનો દરેક કણુ ગરમ થાય છે અને તેમાં રહેલી પાણીની વર્તણૂક થવાથી તે કણુ ફાટે છે અને લઘુનાં આણુઓ જહાર નીકળી આવે છે. તેને પૂરતી ગરમી લાગવાથી પાણીમાં પીગળી જાય એવી સ્થિતિમાં આવે છે. પાણીમાં પીગળવાની હાલતમાં આવતાં તેની ઉપર શુકની બહુ સારી અસર થઈ શકે છે.

પાણીમાં ન પીગળે એવી લઘુને પચાવવાને હાલતની પહેંચેલી સ્થિતિમાં મનુષ્ય શરીર હવે શક્તિમાન નથી તેટલાજ માટે રાંધવાની ક્રિયા દાખલ થઈ છે. અને એ રાંધણિક્રિયા પદાર્થમાં રહેલી લઘુને પાચન કરવાનું સહેલું બનાવે છે.

રોટલી રોટલા સારી રીતે શેકવામાં પણ આજ મતલબ રહેલી છે. ખાજરાનો રોટલો જોડો હોય, માટે તેને વધારે વાર શેકવો જોઈએ, અને અંદરના ભાગમાં ગરમી બરાબર પહોંચતી જોઈએ.

શેકવામાં આવે છે કે તેથી વધારે ગરમી લાગવાથી રોટલો ઘાંચી જાય નહિ, અને વધારે વાર તાવડીમાં રહેવાથી અંદર ગરમી પહોંચે. ખાજરાના રોટલામાં એક વધારે ખુબી રહેલી છે તે એ કે તેજરા સખત રહેવાથી આવણે તેને ખૂબ આવવો પડે છે. અને જેમ ખૂબ ચાવીએ તેમ તેમાં વધારે વધારે શુક મળતું જાય, એટલે તે વધારે સહેલાઈથી હજમ થાય છે. ગરીબ લોકો ખાજરાનો રોટલો અને મરચાંની ચટણી કે કુંગળી ખાય છે, તેમાં પણ કુદરતે મહા શક્તિ મૂકી છે. મરચાં અને મસાલાવાળા પદાર્થોથી શુક ખૂબ છૂટે છે, માટે સુકા રોટલા સાથે મોટા જલ્થામાં શુક મળવાથી તેનો ઘણો ભાગ સાકર થાય છે; અને તે વધારે સારી રીતે અને સહેલાઈથી હજમ થઈ શકે છે. બરાબર આવવું એ અરધા ઉપરાંત પાચનક્રિયા છે. ખોરાક ખૂબ આવેને ખાવાથી તેમાંથી શરીરને શક્તિ વધારે પ્રમાણમાં મળતી હોવાથી હમેશાં ખોરાક વધારે જલ્થામાં ખાવાની અપેક્ષા રહેતી નથી.

ખીંચ વાત એ છે કે મસિ વધારનારા પદાર્થો જેને અંગ્રેજીમાં 'પ્રોટીન' કહે છે તે દાળ વગેરે વસ્તુમાં વધારે પ્રમાણમાં હોય છે.

શરીરના રનાયુ વગેરે બનાવનારા એ પદાર્થો ઉપર શુકની કાંઈ ખાસ અસર નથી; અને તે પદાર્થોમાં શુક કાંઈ ફેરફાર કરી શકતું નથી. પણ તે ખૂબ આવવાથી તેનો ગારીક બૂકો અથવા ખુંદો થઈને તે હોઝરીમાં જાય છે. ત્યાં હોઝરીના રસોની નેના ઉપર બહુ જલ્દી અસર થાય છે. એટલે હોઝરીને પછી જોણું કામ કરવું પડે છે. અને તેની શક્તિ નાશની નહિ વપરાશ જવાથી તે બગેલી શક્તિ ખીલું ઉપયોગી કામ કરી શકે છે.

જેમ ખોરાક વિશેષ ચવાયસો હોય, અને જેમ તેમાં શુક વિશેષ મળેલું હોય, તેમ હોઝરીના પાચનરસો પણ વધારે સારા જલ્થામાં નીકળે છે. અને શરીરની એવી શક્તિ જોણમાં જોણી વપરાવાથી ખોરાકને લેલી જનાવી દેવાની સર્વ ક્રિયા જોણમાં જોણા શ્રમથી થાય છે. અર્થાત્ જોણી શુકી વાપરીને વધારે કમાણી કરતા જેવી, અગર વધારે સાઈ કામ કરવાની, સવડના થાય છે.

સાકરનો એક દટકો લઈને પાણીમાં નાંખીએ તો પાણી તે સાકરના બધા આણુની આસપાસ ફરી વળશે નહિ. પણ તે સાકરનો બૂકો કરીને ઉપર ચોડાં પાણીમાં રીડાં નાંખ્યું તો

તે બૂકામાં દાખલ થઈ જશે. એક આરસપહાણનો કટકો લઈને તે ઉપર પાણીનાં ટીપાં નાંખીએ તો તે તેની સપાટી ઉપરજ રહેશે, પણ કાળા ખેતરાક માટીનું ટેકું લઈને તે ઉપર પાણી છાંટ્યું તો તે ઘસત ચૂસાઈ જશે. એટલે તે ટેકું યોગ્ય હોવાને લીધે પાણી તેમાં ઉતરી પડશે અને વધારે પાણી નાંખવાથી તે સર્વે પાણીમાં ખીમળીને લોહા જેવું થશે.

ખૂમ ચાવવાથી આપણે પણ આવી રીતે ખાવાના પદાર્થોને ખૂમ ધારીક બૂકા કરીએ છીએ અને યુદ્ધના પ્રમાણમાં તે ખીમળી જાય છે અને તરતજ સર્વે પ્રવાહી રૂપમાં ગળે ઉતરી જાય છે. સુનાની વેદક યંત્રમાં “કટણ પદાર્થને પાવો” એમ હરમાન છે, જેનું રહસ્ય ઉપરની વાંત પરથી સ્પષ્ટ માલુમ પડશે.

એક સામાન્ય ઉદાહરણ લેવાથી ખૂમ ચાવવાની ક્રિયાની જરૂરિયાત સારી રીતે સમજી શકાશે.

કોઈ જાતનો અરધો શેર ખોરાક લેવાથી આપણને જોઈતી શક્તિ મળે છે એમ ધારીએ, પણ જોડેશો ખોરાક આપણને જોઈએ છીએ તેટલો રચ્ચ મળી શકતો નથી પણ કચરો અથવા ખીન્ન બિનઉપયોગી પદાર્થો સાથે સેળમેળ થયેલ છે. આમાં નિરૂપયોગી પદાર્થના નવ ભાગ અને ઉપયોગી ખોરાકનો એક ભાગ એ પ્રમાણે ભેળસેળનું પ્રમાણ છે એમ માનો. હવે જો આપણે ભેળમેળ ખોરાકમાંથી અરધો શેરજ ભાર ખાઈએ તો ખરેખર ખોરાક તો એ રૂપીઆભાર જ મળે છે. તેટલાથી પૂરી શક્તિ શરીરને મળે નહિ અને પૂરેપૂરી શક્તિ પ્રાપ્ત કરવા માગીએ તો આપણે દસ શેર ભાર ખાવો જોઈએ. એ વધારે ભારનાં પ્રમાણમાં પોંડેને વધારે તરફ પડે એ તો ઉધાડુંજ છે. અને કદાચ હોજરી એ કામ કરવામાં જે શક્તિ વાપરે તેનો પ્રમાણમાં તેને શક્તિની સામી ઉપજ થાય નહિ. અને જો યદલામાં શક્તિ મળે નહિ તો તેને નુકસાનજ છે, અને તેથી સ્વાભાવિક શક્તિનું બંડોળ તો દિન પર દિન ઓછું થતું જોઈએ છે, અને છેવટે દેવાળાની સ્થિતિ આવે છે. હવે જો આપણે ખોરાક બરાબર ચાવીએ નહિ, અને હોજરીમાં દાખલ થયેલા પદાર્થોનો ઘણો ભાગ જો એવો હોય કે હોજરીના પાચન-રસ તે ઉપર કાંઈ અસર કરી શકે નહિ, તો પણ તે ભાર રૂપજ છે; અને હોજરીને નકામી મહેનત છે. એ રીતે ખોરાક લેવા છતાં કાંઈ પણ શક્તિમાં હાંસલ થતું નથી. અને ઉઘડું જે કાંઈ પણ આપણુ હોય તે બધી વચરાઈ જવાની ધારતી રહે છે. મનુષ્ય જે ખાય છે તેજ તેનું છે. એમ લોકની માન્યતા છે; પણ ખરું જોતાં તો મનુષ્ય કેમ ચાવે છે તેવો તે છે, અને જે તે પચાવીને પોતાનું કરે છે તેજ તેનું છે.

સારી રીતે ચાવવાથી વળી જટલાં પણ મજાનુત થાય છે; અને દાંતને યોગ્ય કસરત મળવાથી દાંત પણ ધણા મજાનુત થાય છે. બન્નાં સુધી દાંત સારા મજાનુત અને પૂરેપૂરા હોય ત્યાં સુધીજ શરીરની તનદુસ્તરી સારી છે એમ સમજવું. દાંતનાં ઘણી જાતનાં દર્દો થાય છે, અને તેમાં સડો થાય છે. પણ જો જરા કઠણ ખોરાક ખૂમ ચાવીને ખાવાની ટેવ પહેલેથી પાડીએ તો દાંત કુદરતી રીતે મજાનુત-થાય છે, અને શરીર તનદુસ્ત રહે છે, તથા આપણે લાંબો વખત જીવી શકીએ છીએ. હજી આપણા ધણા ઘરડાઓ જે જીવે છે તેમના ધણા ખરાના દાંત જાડાઓ સારી સ્થિતિમાં હોય છે. દાંતની સારી તે નીરાગી સ્થિતિ જોજી લાંબી જીવંતીનું રહસ્ય છે. હાલ આપણમાં ગરમાગરમ અને નરમ તથા ધીમાં તરબોળ રાટલી ખાવાની સુધરેલી ટેવ પડી છે. પણ રાટલી પોચી હોવાથી ચાવવાની મહેનત બરાબર આપણે લેતા

નથી અને ગોંમાં નાંખી કે તરતજ તે ગળી જઈએ છીએ. વળી રોટલી સાથે વધારે ધી હોવાથી તૂટ ઉપર યુક્તી રસાયણિક અસર પણ થોડી થાય છે. ભાત જેવો ખોરાક જેમાં લૂધનું પ્રમાણ ખુબ હોય છે તેને તો આવવાની વાતજ આપણે જાણતા નથી. લૂધવાળા ખંધા પદાર્થો ગમે તેવા દૂધ, પાતળા, નરમ, પ્રવાહી હોય તોપણ તેને ચાવીને ગોઠામાં થોડી વાર રાખવાજ જોઈએ, અને યુક્તના મોઝા જગ્યા સાથે મેળવવાજ જોઈએ.

માંસાહારી પ્રાણીઓ પોતાના ખોરાકના મોઝા મોઝા કટક કરીને ગળીજ નય છે. તેઓ કદિ ચાવતાં નથી; પણ ધાસ ખાનારાં પ્રાણીઓ પોતાના ખોરાકને ખૂબ ચાવી ચાવીને અને વાગોળીને ખાય છે. આપણો ખોરાક મુખ્યત્વે કરીને વનસ્પતિનો હોવાથી, અને તેમાં લૂધનો ભાગ વધારે હોવાથી તેને વધારે ખારીક ચાવીને ખૂબ યુક્ત સાથે મેળવવો જોઈએ.

વળી હોઝરીમાં જુદા જુદા પદાર્થોને પાચન થઈ હોઝરીમાંથી નીકળીને આંતરડામાં જવાનો વખત જુદો જુદો છે. કેટલાક પદાર્થો અરધા-કલાકથી બે અઢી કલાક સુધીમાં પાચન થઈને હોઝરીને છોડી નય છે; અને કેટલાક તો ચારથી પણ વધારે કલાક પચવા માટે લે છે. પણ એક વખતના ભોજનમાં આવા જુદા જુદા પદાર્થો લેવાતા હોવાથી તેને વધારે ખારીકથી આવવામાં આવે તોજ સમાન વખતે અને એકી સાથે હજમ થઈને હોઝરીમાંથી આંતરડામાં જવાની વધી રહે છે.

એક ધરડો માણસ એક ડાકડર પાસે દવા લેવા આવ્યો ત્યારે તે ડાકડર સારુબને દરદીને તપાસતાં માલમ પડ્યું કે તેના દાંત બધા પૂરેપૂરા અને સોજા હતા. બીજા ઘણા દરદીઓને તેણે જોયેલા, પણ આ માણસની દાંતની એવી સારી રિયનિ જોઈને તેને ખુબ અન્યમ્બી થઈ. દરદીને પૂઝતાં તેને માલમ પડ્યું કે—તે દરદી જાહુજ ચાવી ચાવીને ખાતો હતો. ડાકડરે પેતાની ખાતરી કરવા સારૂ પોતાની હાઝરીમાંજ એ દરદીને એક રોટલાનો ટુકડો આપ્યો અને સામાન્ય રીતે તે જેમ ચાવતો ત્યારે તેમ ચાવીને ખાવાનું તેને કહ્યું. દરદીએ તે રોટલો ૧૨૦ વખત ચાખ્યો.

કેટલાકને ખાતી વખતે ચોરે ચોરે કોળીએ પાણી પીવાની ટેવ હોય છે તે પણ ખરાબ છે. એમ દરવાજી મોનું યુક્ત તેનું દંદરતી ડામ કરી ચકલું નથી, અને યુક્ત વાણીથી ખાતણું થઈ નય છે.

કેટલાકને વળી કોળીએ કોળીએ દૂધ પીવાની ટેવ હોય છે તે પણ આ દારણને લીધે ખોટી છે. આપણા હિંદુ રિવાજ પ્રમાણે તો પ્રવાહી પદાર્થો ભોજનના છેલ્લા ભાગમાંજ વાપરવાના હોય છે; તેનો ખરા દેતુ હવે તમે જરાખર રપદ સમજી શકશો.

ઇંગ્લંડના એક મહાન પ્રધાન મિ. ગ્રેડરન કહેતા કે—આપણને ઇશ્વરે બીજીશ દાંત આપ્યા છે, માટે દરેક કોળીયાને બીજીશ ખટકાં બરવાં—એટલે કે—તે બીજીશ વાર ચાવવો જોઈએ. બીજીશ એમ પણ સાળીન થયું છે કે—કંઈક અને અંદો પદાર્થ ચાવવાથી વધારે યુક્ત છૂટે છે. જૂન જૂન કંઈક ખોરાકથી વધારે યોગ્યું યુક્ત છૂટે છે, અને નરમ ખોરાક ખાવાથી યોગ્યું યુક્ત છૂટે છે. પાણી કે કાંઈ જેવો નરમ ખોરાક ખાવાથી તો જાડુ થોડું યુક્ત છૂટે છે. માટે રોજના ખોરાકમાં દરેક વખતે કાંઈ કંઈ પદાર્થ જાણકોને ખાવા સારૂ આપવાની ટેવ પાડવી જરૂરી છે.

તમને અવગત હશે કે—ગેળી વાર આપણે કોઈ ખાવાની ચીજ નજરે જોઈએ, અથવા

કાંઈ ખાવાની ચીજનું આપણને તામ દે ત્યારે, અમર થોડી વારમાં ખાવાની ચીજે આપણને પીરસારો એમ જાણતા હોઈએ ત્યારે, આપણા મોંમાં પાણી છૂટે છે. આ યુક્તિ ઉત્પન્ન કરનારી અધિઓ ઉપર માનસિક અસરનું પરિણામ છે. તેજ પ્રમાણે ગનની અસર હોજરીના રસની અધિઓ ઉપર પણ થાય છે. તેટલાજ માટે જમવા પહેલાં નહાવાની રીતથી તથા સ્થિતિ ચિત્તે પાટલા ઉપર બેસવાની રીતથી હોજરી ઉપર ગનની સારી અસર થાય છે. ખાવકોને જમવાના વખત પહેલાં જમણની તેયારી કરવાની તેવ પકાવરી એ ઉપયોગી છે.

### ઉપદેશ.

માતાઓએ પોતાના બાલકોને ન્હાનપણથી ખૂબ ચારીને ખાવાની તેવ પાડી; અને કદી કંઈક પદાર્થ આવવા માટે આપવાની તેવ હોય તો વધારે સારું. પણ અમારા અનુભવમાં તો એમ માલુમ પડ્યું છે કે માતાઓજ બાલકોને પોતાની કિતાવજીને લીધે બહુ ઉતાવળે ખાવાની અને આવ્યું ન આવ્યું હોય ત્યાંજ ગળી જવાની તેવ પડાવે છે. માતાઓએ પોતાનાં બાલકો સારી તનદુરસ્તીમાં રહે એમ ઇચ્છીને તેમને ન્હાનપણથીજ સારી રીતે આવવાની તેવ પાડી નેહ્યે. અને બાલકો જરો તેટલી વાર બાલકના ભલાને ખાતર તેઓએ ધીરજ રાખવી નેહ્યે. બાલકોને બરાબર ચાખવા વગર ગળી જવાની તેવ જે પડે છે તે ઘણે ભાગે તો માતાના અંગાન કરતાં વધારે તો ધીરજથી ખામીને લીધે હોય છે એમ અમારા અનુભવ છે. માતાએ પોતે જમ્યે ત્યારે પોતાના બાલકને સામે બેસારી પોતે મોંમાં રાટલાનો કડકો લઈને ખૂબ ચાવ્યો અને બાલકને ચાવવા કહેવો. માતા પોતેજ જો આમ ધીરજથી ચાવશે, તો બાલક પણ તેવી તેવ શીખશે. માતા પોતે બરાબર તેજ પાડીને બાલક પાસેથી સારી તેજોની આસા રાખે તે તો સર્વ વ્યર્થ છે. બાલકોને સારી તેજો પકાવવામાં માતાને બહુ માનની જરૂર નથી. સારી માતાઓ જન્મે છે, બનતી નથી. ચારી રીતે આપવામાં આવેલી જરૂરી કેળવણી માતાઓએ મદદગાર થાય છે.

વળી જમવા ઉપર માનસિક સ્થિતિની પણ ઘણી અસર હોવાનું મિ. દ્વેષર સાહેબ કહે છે. એ વાતનો પણ આપણે વિચાર કરવો નેહ્યે. આ બાબતમાં હાલ કશાવલા કેટલાક અખતરાઓમાંથી હું તમને એકએ ઘાજવા આપીશ.

એક વિદ્વાન શાકરે નીચે પ્રમાણેના અનુભવ જ્ઞાને એ પ્રયોગો કર્યા હતા:—

૧. એક ફૂતરાને તેનો ખાવાનો વખત થયો કે તેને તેનો ખોરાક દેખાડ્યો. એટલે તે ફૂતરો ખાવા માટે બહુજ આતુર થયો. હવે પ્રયોગ અર્થે તેની અવનળી કાપી નાખવામાં આવી હતી, એટલે ખોરાક તેના પેટમાં જતીને બદલે બહાર નીકળી પડ્યો. પણ તેની હોજરીની પરીક્ષા કરતાં તેમાં પાચન કરવાના રસો પાચનરમ ઉત્પન્ન કરનાર અધિઓમાંથી નીકળીને ત્યારે થયેલા માલુમ પડ્યા હતા.

૨. બીજો પ્રયોગ એ હતો કે ફૂતરાને ખોરાક દેખાડવામાં આવ્યો નહોતો, પણ તેની કાપેલી અવનળી વાટે તેણે પેટમાં ખોરાક નાખવામાં આવ્યો હતો. ધણીવાર સંધી તેની હોજરીમાં પાચન કરવાનો રસ નીકળી નહોતો.

આ ઉપરથી આપણને સ્પષ્ટ માલુમ પડે છે કે—આપણે આનંદથી અને માનસિક શાન્તિથી ખોરાક લેવો નેહ્યે. અને તેમ કરીએ તોજ શરીરના અવયવો તેઓનું કામ સારી રીતે કરી શકે છે.



આપણી માનસિક સ્થિતિ ખરાબ હોય છે ત્યારે મોં પણ સુકાય છે, અને થુંક છૂટું નથી. જે કાંઈ ચાવીએ છીએ તે આવવાથી લોટ જેવું થાય છે, અને થુંક સાથે નહોં મળવાથી સ્વાદ પણ દેતું નથી; અને તે આવેલો ખોરાક લોંબા જેવો નહોં થવાથી ગળી પણ શકાતો નથી. માટે તે ગળવાને ઉપર પાણી પીવું પડે છે. થુંકની સાથે ભેજસેજ થવા વગરનો ખોરાક પેટમાં જવાથી, અને હોજરીના પાચનરસ પણ ખરાબ માનસિક સ્થિતિને લીધે નહોં જેવા અથવા બહુ ઓછા પ્રમાણમાં હોવાથી, હોજરીમાં પણ પાચનક્રિયા આગળ ચાલતી નથી, તેથી ખાધેલો ખોરાક માત્ર બોમ્બરૂ જ નિવડે છે અને ઉલટું તુકસાન કરે છે.

એક બીજો દાખલો પણ બહુ અગત્યનો અને જાણવા જેવો છે. તે એ કે એક ડાક્ટર પોતાની પાળેલી બીલાડીને ખવરાવીને પછી તેની હોજરીમાં ગયેલો ખોરાક પચીને હોજરીમાંથી નીકળીને આંતરડામાં જતાં કેટલો વખત લાગે છે તેની તપાસ કરતો હતો. બીલાડીને ખવરાવ્યા પછી તે વીજળી X Rays ની પંચથી જોતો હતો. આપણી હોજરીમાં ખોરાક પડ્યા પછી હોજરીમાં ગતિ થાય છે. એ ગતિ થવાથી હોજરીના રસમાં ખાધેલું અને સારી રીતે મિશ્ર થાય છે. જે એવી ગતિ થાય નહિ તો ખોરાક બધો પાચનરસની સાથે મળી શકે નહિ, અને અપચો થાય. હવે એ ડાક્ટર સાહેબ બીલાડીની હોજરીની હીલ-ચાલ તપાસતા હતા તેમાં તે, હીલચાલ એકદમ બધ પડી. ડાક્ટર સાહેબને તેવું કારણ માધુમ પડ્યું કે-તે બીલાડીનો મિમ્મ જયેલો હતો. તેનો મિમ્મ પાછો શાંત પડતાં, તેની હોજરીમાં પાછી હીલચાલ થવા લાગી. આ ઉપરથી સમજવું જોઈએ કે જમતી વખતે અને જમ્યા પછી બે ત્રણ કલાક સુધી સારા મીમ્મમાં રહેવાની આપણને ઘણી જરૂર છે, નહિ તો હોજરી વગેરે તેવું કામ સારી રીતે કરી શકતાં નથી.

આપણે હિંદુઓમાં તો જમવા પહેલાં સ્વસ્થ થઈને પાટલે નીરાંત બેસવાનો રિવાજ મૂળથી જ છે. મંત્ર વગેરે પઠીને મન શાન્ત રાખી નીરાંતે જમવાનો, તથા જમ્યા પછી પણ આંધી કે એક કલાક નીરાંતે બેસવાનો અથવા હોંચકે હોંચકા ખાવાનો રિવાજ હોય છે, તે યોગ્ય છે. વળી ખાધા પછી પાન સોપારી ખાવાનો રિવાજ પણ બ્રાહ્મણી જણાય છે. સોપારી આવવાથી થુંક ખૂબ છૂટે છે અને તેની અસર હોજરી ઉપર થાય છે. વળી પાનમાં ચુનો અને કાચો વગેરે સાથે હોવાથી દાંતમાં બરાબ રહેતા અનાજનાં રેન્કણો બહાર નીકળી જઈ દાંત સાફ થાય છે. અને દાંતની ખડાચ પણ ચુનાને લીધે મરી જાય છે. આવા સારા દર્શિયારનો પણ જે અણસમજણથી ગેરઉપયોગ થાય તો તે તુકસાનકારક નીવડે છે.

કોઈ માણસ જમવા બેઠું હોય તે વખતે તેને ઠપકો આપવાનું તેમજ તેને કાંઈ કંઈ સળેલો કહેવાનું, અથવા ખાતાં ખાતાં કોઈને અંતરે ઉડાડવાનું આપણામાં મોટું પાપ ગણવામાં આવે છે, તેનો હેતુ પણ તમો બાંધ જાહેનોને હવે સ્પષ્ટ સમજાશે હશે. જમનારની માનસિક સ્થિતિમાં ફેરફાર થતાં, તેની હોજરીની અધિઓમાંથી નીકળતા પાચનરસ અને હોજરીના વલોવવાની (Churning) ગતિમાં અડચણ આવે છે અને સંતોષકારક કામ થતું નથી.

આબ્યા વગર ગળી જવાની ખરાબ ટેવો જાલકોમાં ન્હાનપણથી પડે છે. નહિ અથવા કદાચ ખોરાકનો ભૂકો કે છુટો કરવા સાર હોજરીમાં કાંઈ ઘંટી, દયોષ કે દાંત જેવાં સાધન હોતાં નથી. હોજરી તો આપણી ગ્રામડી જેવા વસ્તુ પડતી દેખાતી છે. આબ્યા વગરના પદાર્થનો ભૂકો કે છુટો હોજરી કરી શકતી નથી. એવો ખોરાક તો પેટમાં લોંબા વખત સુધી

પડી રહે છે, અને તેથી બાલકના પેટમાં દુઃખે છે. કોઇ વાર ઉલટી થાય છે. કોઇ વાર ઝડો પણ થઈ જાય છે, અને કોઇ વાર તાવ પણ આવી જાય છે, વગેરે દરેક કિસ્મત થાય છે. આવાં અનેક દરેક બિમારો નહિ આવવાની ટેવને લીધે થાય છે, અને તે સર્વે બુકસાની તેની માતાના અગ્નિ અને બેદરકારીને આભારી છે.

‘બાલકોના દાંત પણ વહેલા પડી જાય છે, સડી જાય છે, દુઃખે છે, કે નળણા પડી જાય છે. એ બધાનું મોટું અને મુખ્ય કારણ બરાબર આવતાં નહિ શીખવવાનું છે. બાલકોને સખત કે ઠંડાં બોરાક ખાવા સાફ આપવો અને તે બરાબર આવવાની ટેવ પડાવવી. બાલક પછી હર વખત દાંત બરાબર સાફ કરાવવા. બાલક પહેલાં પણ ખૂબ કોળણ કરાવવા. એરી એરી ટેવો નો તમે માતાઓ બાલકોને પડાવશો તો તેમનું જીવન તમે ઘણું સાફ અને સુખી કરી શકશો. વિલાપતમાં નિશાળમાં બહુતાં નાનાં છોકરાં છોકરીના દાંત તપાસતાં એમ માનુષ્ય પડ્યું છે કે સાફ ટકા જેટલાંના દાંત સારી સ્થિતિમાં હોતા નથી. ૩,૦૦,૦૦૦ બાળકોની તપાસમાં ૨,૦૦,૦૦૦ બાળકોના દાંત બરાબર સ્થિતિમાં હતા. આવી ગંભીર સ્થિતિની હયાતી વાસ્તે સર્વે દોષ માતાને શિર છે.

હવે હુંકામાં સર્વનું રહસ્ય એક વાક્યમાં કહીશું:-સર્વે કંઠજી બોરાક પીઓ અને પ્રવાહી પદાર્થો આવો અને તમારાં બહાલાં બાલકોને નહાનપણથી કંઠજી બોરાક પી જવાની અને પ્રવાહી પદાર્થો પીવાની ટેવ પડાવો. મજા બાલકના પગ ઉપર ચાલે છે.

## શરીરનો જીવનરક્ષક પદાર્થ

અને

તેના ઉપયોગથી થતી હાનિ.

લેખક:-ઇસમાઇલ જમાલ બેલીમ.

જેમ વરાળ અને વિજળીની મદદથી ચાલતા યંત્રોને હિલચાલ માટે ઓઇલ જાતના ચિકાસદાર તેલની જરૂર હોય છે; જેમકે વરાળથી ચાલતા એન્જિનના રજાઇઝ વાદર તેમજ સીલીન્ડર, ઇલાદિ નાળુક સાચાને “લુબ્રિકેશન” માટે “સીલીન્ડરઓઇલ” ઇલાદિ જાતના ઓઇલ તેલની જરૂર હોય છે, તેમ શરીરના દરેક સોષાઓ બધકે શરીરના દરેક ભાગમાં એટલે હિદ્રો અને ઝીણી શિરાઓના ચુન્દો (Tissues), આંતરડાં, અને આંખ તથા બીજા અન્યવતી હીલચાલનું ધરેણું ઓછું કરતા ઓઇલ તેલ Lubrication ની જરૂર હોય છે, અને તેની આ જીવન રક્ષક પદાર્થ ગરજ સારે છે. આ ઉપરથી આ જીવન રક્ષક પદાર્થ કેટલો ઉપયોગી છે તેનો સફળ પ્રયાસ આવશે.

પુરૂષના આના પદાર્થને વીર્ય, અથવા શુક (Semen) અને સ્ત્રીના આવા પદાર્થને રજ, આલેષ, (Mucus) રહે છે. આ જીવન રક્ષક તેલ યાજીશ દીપાં લોહીમાંથી માત્ર એક દીપુ અને છે. છોકરા અથવા છોકરી ઉત્તરમાં આવે ત્યારે આ પદાર્થ શરીરમાં દેખાવ

દે છે પણ ભાવપ્રકાશના મત મુજબ બાહ્યવસ્થામાં પણ આ પદાર્થ હસ્તી ધરાવતો હોય છે; પરંતુ બાળકના શરીરની વૃદ્ધિ યુગમાં વાપરતા હોઈ તે જરૂરમાં જીણાતા નથી. અથવા તો જેમ કાચા પુષ્પની કળામાં સુગંધ હોતી નથી, અને તે જ્યારે પ્રકુલિત થાય છે ત્યારેજ સુગંધી જણાય છે; તેમ છોકરો અથવા છોકરી ઉંમરે પહોંચે છે ત્યારેજ આ જ વનરક્ષક પદાર્થ જણાય છે.

આ પદાર્થ મનુષ્યને કેટલો ઉપયોગી છે તે માટે ૩૦ મેલરીલ કીથ, એમ. ડી. લખે છે કે:—

This seed is marrow to your bones, food for your brain, oil for your joints, and sweetness to your breath. And if you are a man you should never lose a drop of it until you are fully thirty years of age and then only for the purpose of having a child which shall be blessed from heaven and ready to become one of the inmates of the kingdom of heaven by being born again.

“ આ ખીજ ( વીર્ય ) હાડકાંને મજબૂત સમાન છે, ભેજાંને માટે ખોરાક છે, સંધિાને માટે તેલ છે, અને શ્વાસને મીઠાશ આપે છે, અને જો તમે માણુમ હો તો જ્યાં સુધી પુરા ત્રીશ વર્ષના થાવ નહિ ત્યાં સુધી આ પદાર્થનું એક ટીપું પણ બગાડશો નહીં, અને તે પછી પણ જો વાપરો તો તે સંતાન મેળવવા માટેજ કે જે બાળકો બેહિસ્તની આશિષ મેળવશે અને પાછો જન્મ લઇ સ્વર્ગના રહીશ થવાને તૈયાર થશે.

જેઓ આ પદાર્થની એક યા જુદી જુદી રીતે ખરખાદી કરે છે તેના શરીરના સંધિા અને ખીજ જુદા જુદા અવયવો નબળા પડે છે અને રોગી બને છે; ફેફસાં ( Lungs ) ને જ્યારે આ પદાર્થ મળતો નથી ત્યારે ફેફસાંનાં અણુ ( cells ) સુકાં થઇ જાય છે; અને શરીરના ખીજ ભાગોને જ્યારે આ પદાર્થ ખરાબર મળતો નથી ત્યારે સંધિવા, નજરો, વગેરે દરદો થઇ આવે છે. અને ગળાને આ તેલ પુરતું નહીં મળવાથી-તેનો અવાજ ખોખરો થઇ જાય છે, અને વારંવાર મળું આવી જાય છે. કેટલાકને ઠંડામાં ડુબાવેલા થાય છે, આંખ આગળ કરચળી આવે છે અને ચહેરા તદ્દન ફિક્કો થઇ જાય છે. આ બધું વીર્યના ગેરઉપયોગથી થાય છે. વળી ભેજાં ( Brain ) આ તેલના અણુઓનું બનેલું હોય છે જેથી ભેજાં પણ નબળું પડી જાય છે અને મનશક્તિ કમી પડી જાય છે. લોહીમાંથી ભેજાંને પોષણ મળે છે તો જો ભેજાંને લોહી પુરતા જરૂરમાં મળતું નથી તો માણસ કાંઈ પણ પ્રકારનો વિચાર કરી શકતું નથી અને મુંઝ થઇ રહે છે. તેજ પ્રમાણે વીર્યની ખરખાદી થાય છે. વીર્ય લોહીમાંથી બને છે અને જ્યારે વીર્ય ઘાતું ખરખાદી કરવામાં આવે છે ત્યારે લોહી પણ નબળું પડી જાય છે, અને આ પ્રમાણે નબળાં લોહીથી ભેજાંને પુરતું પોષણ મળતું નથી તેથી ભેજાં નબળું પડી જાય છે, અને કેટલીક વખતે માણસ દીવાનો પણ બની જાય છે.

જેઓ વારંવાર સયોગ કરી વીર્યની ખરખાદી કરે છે અથવા કેટલાક હસ્તક્રિયા ( self abuse ) કરી આ પદાર્થને શરીરમાંથી વારંવાર બહાર કાઢે છે તેઓને ધણું દરદ થાય

છે અને પોતાની મૂર્ખાઈની સજા ભોગવે છે. વળી ઘણાંક પ્રાણ હાવન કરવાની ઇચ્છા નહિ રાખતાં ફક્ત કામાગ્નિની શાન્તિ માટે સંયોગ કરે છે; અને ગર્ભ ન રહે તેના માટે તરેહવાર લોચનથી જનનેદ્રિય ધુવે છે, અને ગર્ભસ્થાનના મોહા નહક રખાઈ ઇત્યાદિની મીઠી મૂકે છે કે જેથી વીર્ય ગર્ભસ્થાનમાં દાખલ થઈ શકે નહિ. આથી કરી વીર્ય પૂરતા ખુલાસાથી સંપૂર્ણ જહાર નીકળી શકતું નથી, અને અમુક અંશે અંદર રહી જાય છે અને પછી તેમાંથી પ્રમેહ-પ્રદર ઇત્યાદિ રોગો થાય છે. કદાચ આ પદાર્થ સડવા માટે છે અને આ મરણ પામેલા પદાર્થ (dead matter) શરીરના ખીજા સારા ભાગને પણ બગાડવા માટે છે, અને આ મરણ પામેલા ભાગમાં જન્તુ ઉત્પન્ન થાય છે તે આ dead matter ખાઈ જીવે છે અને “કેનસર” વગેરે દરેક થાય છે. “કેનસર” પોતે કંઈ જીવતા પદાર્થ નથી, પણ તેમાં પડતા જન્તુથી દરદમાં જીવ છે એમ જણાય છે.

ખરાબ જીવસાથી જનનેદ્રિય ઉરકેરાય છે. તેથી તેની અંદર ગરમી પેદા થાય છે, અને તેમાં લોહી ખેંચાઈ આવે છે. અને પછી સંયોગ કરવામાં ન આવે, અને જીવસો નરમ પડે છે ત્યારે એ અવયવમાંથી લોહી ઘટ થઈ અંધાર જઈ મુડાણ લોહી પાછું આપા શરીરમાં હરફર કરે છે. અને માણસને સુસ્ત, ઉદાસી, અને નિરાશી બનાવે છે, અને શરીરના બધા લોહીને ધીમે ધીમે ખગાડે છે.

ડૉ. મેલવીસ કીય જણાવે છે કે—

“Yes we tell you so. And they thought out things. They became the inventors and the brain leaders on this earth. This is, my good reader, why America leads in invention and in everything else, and this is the reason why we are the smartest people on the face of the earth. Our forefathers were virtuous”.

તેમજ આપણા સાધુ સન્માસીઓ આ જીવનરક્ષક પદાર્થને શરીરમાં સાચવી રાખી આ પદાર્થની શક્તિને ભક્તિમાં વાપરીને લોકોનાં હુમ્મ દરેક સાળ કરતા હતા, લોકોના વિચારો જાણી લેતા હતા, પોતાના મનની દ્રષ્ટિ ખીલવી ખીજા દેવમાં બનતા બનાવો જોઈ શકતા હતા. જેઓ મોટા મોટા વિદ્વાનો અને શોધકો થઈ ગયા છે તેઓએ પણ જ્યારે આ પદાર્થની સાચવણી રાખી ત્યારેજ તેવા થયા છે.

અમેરિકામાં લોકોએ ઘણાજ હુશિયાર અને મોટા શોધકો થઈ નામના મેળવી છે કારણ કે તેઓના બાપદાદા પવિત્ર જીંદગી ગુમારી આ જીવનરક્ષક પદાર્થનું એક રીપું પણ બહાર જવા દેતા નહિ. એક તબિબે કહ્યું છે કે હાલના લોકો લોકો ઉમદા જાળકો અને મહાન નરોત્તે જન્મ આપી શકતા નથી કારણકે તેઓ ઘણાજ દવસી રહે છે. તેઓ ઘણાજ જીવાન અવસ્થામાં આ જીવનરક્ષક પદાર્થની ઘણી જરૂર પડે છે, અને તેઓ પોતાની સ્ત્રીને હવસ વસ કરનારા હુશિયાર તરીકેજ રચીકારે છે.

હવે આ પદાર્થને શરીરમાં સારી રીતે સાચવવાથી માણસ કેવું, સુખી, તંદુરસ્ત, અને હુદિલાળી થાય છે, અને તેની ખરબાદીથી કેવી દાનિ થાય છે, તેના સડા ખમાલ અવરો.

## અંતરવીકાર.

સસ્તુ સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય, સ્થળ કાલ્યાદેવી, મુંબઈ એમના તરફથી નીચે લખ્યા પ્રમાણેના સનાનન ધર્મે સમર્પીતના અતિ ઉપયોગી મહાન ગ્રંથો અમને મળ્યા છે:-

૧ શ્રી મહાભારત ચાન્તિપર્વ જેમાં ૧૦૪૭ ઈંચ પેશ ૮૩૬ પાન છે.

૨ શ્રી શાનેશ્વરી ભગવદ્ગીતા જેમાં ૧૦૪૭ ઈંચ પેશ ૪૪૬ પાન છે.

૩ શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામી વિરચિત શ્રી દાસબોધ જેમાં ૧૦૪૭ ઈંચ પેશ ૩૫૧ પાન છે.

એ રીતે ત્રણ ગ્રંથો અમને કેટલાક વખત પર મળેલા પરંતુ આ ગ્રંથોનું અવલોકન કર્યા બાદ તે માટે અમારો અભિપ્રાય આપવાનું અમે દુરરત ધારેલું.

આપણા પ્રાચીન ઇતિહાસમાં મોટામાં મોટા અને ઉત્તમમાં ઉત્તમ એવા એ ગ્રંથો મળ્યા છે એક મહાભારત અને બીજો રામાયણનો. એ ગ્રંથોનું ધ્યાનપૂર્વક વાંચન શ્રવણ અને મનન કરવામાં આવે તો અનુભવજન એક નમુનારૂપ થઈ પડે છે. આપણા પૂર્વજો કેવા ચારિત્રવાન હતા તેની સાક્ષ એ ગ્રંથો જ પુરે છે. આપણા પૂર્વ પુરુષો કેવા ધર્મનિષ્ઠ સત્યવાદી અને સદાચરણી હતા, તેમનાં અંતઃકરણો કેવાં દ્યૌર્ધ હતાં, અને તેઓ પોતાનો કાલ કમણુ યગ્યાગાદિ કર્મો કરવામાં અને એકાંતમાં સમાધિયોગમાં પોતાનું મન પરમાત્માની સાથે એકતામાં કેવી રીતે જોડી રાખતા, તે સમજાઈ આવે છે. તે કાળની સ્ત્રીઓ પતિવ્રતા અને પતિ સેવામાં અને પતિઆગાનું પાલન કરવામાં પતિ સાથે કેવી સાતુકૂળ હતી તે આ ગ્રંથો જ કહી આવે છે. સતી સીતા, દ્રૌપદી, દમયંતી, અનસૂયા આદિ અનેક સતિએનાં જીવનચરિત્ર વાંચતાં આપણા મન ઉપર વિલસણુ આનંદ થાય છે. મહાભારત જેવા યુગ-જોમાં એક પણ ગ્રંથ નથી. અન્ય ધર્મના ગ્રંથો વાંચતાં પણ મહાભારત કે રામાયણ જેવા ચારિત્રના ગ્રંથો મળવા મુશ્કેલ છે. આવા ગ્રંથો જો દરેક ગૃહસ્થને ઘેર રાખવામાં આવે તે રાજ તેમાંથી થોડો થોડો ભાગ કુટુંબનાં અગાલવૃદ્ધને સંભળાવવામાં આવે તો અમૂલ્ય લાભ થવા વિના રહે નહિ. આવો અનુપયોગી ગ્રંથ સાચા કાળ પર ઉત્તમ છપાઈ અને આઈન્ડિય સાથે ધણીજ સોધી કિંમતે આપવા સ્વાંગી અખડાનંદને શુભસત તરફથી ધણી ધન્યવાદ ધરે છે.

૨ જ્ઞાનેશ્વરી ભગવદ્ગીતા—શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા શ્રી કૃષ્ણ પરમાત્માએ અર્જુનને કહી છે. ગીતાના ગ્રંથનાં અનેક ભાષાઓમાં ભાષાન્તરો થયાં છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાનો ગ્રંથ સાધિતદાળમાં વિશ્વભાન્ય થઈ પડ્યો છે. દારણ કે તેમાં કેવળ વેદાન્તનું રહસ્ય છે, અને તેનો ઉપદેશ દરેક ધર્મવાળા માન્ય કરી શકે તેવો છે. ગીતાના શ્લોકોના અર્થ કરી ધણી સમર્થ વિદ્વાનોએ તે શ્લોકો વિશે દીકા લખેલી છે પરંતુ સ્વામી રામકૃષ્ણ પરમહંસ કહે છે કે “તમે જ્યાં સુધી પરમાત્માનાં દર્શન કર્યા નથી ત્યાં સુધી તમને ધર્મોપદેશ કરવાનો શો અધિકાર છે?” શ્રી જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ જેવા સમર્થ ભક્તરાજ જેમને પરમાત્માનો માક્ષાદાર થએલો તેવા સમર્થ મહાન ભક્તે શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા જેવા ગ્રંથના શ્લોકોના અર્થ ઉપર ઓપીઓ બનાવેલી છે. તેમાં જે રહસ્ય મળ્યાલું છે તેવું રહસ્ય જેમને તેનો સાક્ષાત્કાર થયો ન હોય તેમણે કરેલા અર્થમાં નજ હોય એ સ્વાભાવિક છે. આવો ઉપયોગી સર્વભાન્ય ગ્રંથ પ્રજા વર્ગ આગળ મુકવા માટે મસ્તા સાહિત્યના દાર્પ કર્તા બીશુ અખડાનંદને અનેક ધન્યવાદ ધરે છે.

૩ શ્રી સમર્થ રામદાસ-સ્વામી વિરચિત દાસબોધ—શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામીના નામથી આપણા આર્થોવર્તમાં બાળે જ કોઈ અનુભવું દશે. આ મહાન પુરુષ શ્રી શિવાજી ઇતિહાસના શુર હતા. તેમના ઉપદેશથી અને સાક્ષીથી શ્રી શિવાજી ઇતિહાસને તેમના સમયના મહા બળવાન મુસલમાન બાદશાહો સામે અનેક યુદ્ધો કરી તેમનો પરાજય કર્યો હતો. તે વખતે હિન્દુધર્મ મૃતપ્રાય સ્થિતિમાં હતો તેનું મરણશય્યામાંથી સંરક્ષણ કરી તેની પુનઃ સ્થાપના તેમણે કરી હતી. આ બધો પ્રતાપ શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામીનો હતો અને તેઓ શ્રી હનુમાનજીનો અવતાર મણ્ડાતા હતા. શ્રી સમર્થ રામદાસ સ્વામીની ઈચ્છા નહીં હતાં તેમનાં માતાપિતાએ તેમનું લગ્ન કરવા માટે તેમને ફરજ પાડેલી પરંતુ લગ્ન વખતે બ્યારે લગ્ન કરાવનાર પુરોહિત “સમય વર્તે સાવધાન” કહેવા લાગ્યા તે જ વખતે પોતે તે સ્થળેથી નારી ગયા અને મહાન તપ કરી પરમાત્માના સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કર્યો. આવા સમર્થ અવતારી પુરુષે રચેલા દાસબોધમાંની વચનોમાં ગીતામૃત જેવું રહસ્ય રહેલું હોય તેમાં કંઈ આશ્ચર્ય પામવા સરખું નથી. આ ગ્રંથ પણ મનન કરવા લાયક છે.

આ સિવાયની પુસ્તકો પણ સરતા સાહિત્ય કાર્યાલય તરફથી અમને મળ્યાં છે પરંતુ તે પુસ્તકોનું અવલોકન કરવા અમને પુરતો વખત મળ્યો નથી માટે હવે પછી તે સમયે અમારો અભિપ્રાય દર્શાવીશું.

વડોદરા શારીરિક સુધારણા અને આરોગ્યમંદિર—લેખક પ્રો. માણિકરાવ શ્રી હર્ષભાદાદ વ્યાયામશાળા વડોદરા. પ્રકાશક હરજીવન જગજીવન વર્મા એ. સેન્ટ્રી મહી. રેવા લોહાણા બોર્ડિંગ વડોદરા. આ પુસ્તક અમને તેમના લેખક તરફથી અભિપ્રાય માટે બેટ તરીકે મળ્યું છે. પ્રો. માણિકરાવની વ્યાયામશાળાની અમે જાતે જઈ બેટ લીધી છે એટલું જ નહિ પણ એ વ્યાયામશાળામાં અભ્યાસ કરતા યુવકોની કસરતો જોઈ અમને ખૂબ રસ પડ્યો હતો. આપણું દેશના લોકોમાં કસરતનો અભાવ છે. સાંપ્રતકાળનું મનુષ્ય જીવન એકઆરામી અને આળસુ બની ગયું છે જેથી મનુષ્ય અસ્વચ્છથી અને રોગમય બની ગયાં છે. યથારાત્ર વ્યાયામનું સેવન કરવાથી શરીર સ્વદ્રઢ અને નીરોગી થાય છે અને દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી શકાય છે. દવાઓથી ઝંઘરના રચડા પેટમાં નાખવાથી કદી આરોગ્ય સુધરતું નથી તેમ નીરોગી ઘઈ દીર્ઘાયુષ્ય ભોગવી શકતું નથી. પ્રો. માણિકરાવે આરોગ્યને હાનિ પહોંચાડનાર બાળજોગ્ય અસ્વચ્છતા, અનેક જાતના કરી પદાર્થોનું સેવન, અને દારૂ, તાકી વગેરેનું વ્યસન, નાટકો અને સીનેમેટોગ્રાફ, હોટેલો, તમાકુનું દુર્વ્યસન, શૃંગારરસવાળા વાર્તાઓ વગેરે બાળતો બતાવી છે. એકંદરે પ્રો. માણિકરાવના વિચારો અમારા વિચારને મળતા છે. નીરોગી તે દીર્ઘાયુષી કેવી રીતે થવાય એજ સંબંધે અમે વંખતો વખત મનવંતરી માસિકમાં આજ સુધીમાં આજ બાળતમાં લખતા આવ્યા છીએ.

સ્ત્રીસુખકર્ષણ—આ માસિક તંત્રી રા. રા. શેઠ દેવચંદ દામજી કુંડવાકર, અને બધ. સ્થાપક મુલાખચંદ સહુભાઈ શાંદ બાવનગર એમના તરફથી પ્રકટ થાય છે. વાર્ષિક લગ્ન જમ પોષ્ટજ સાથે રૂ. ૨-૦-૦ આ માસિકના કેટલાક અંકો અમને મળ્યા છે. આ માસિકના લેખો સ્ત્રીઓને વાંચવાને લાયક છે અને તે લેખો સ્ત્રીઓની નીતિ ઉપર ધણી સારી અસર કરે તેવા હોય છે.

આસો વદ ૦) સુધીનો અમને તેના ઝોનરરી સેક્રેટરી તરફથી મળ્યો છે રીપોર્ટ જોતાં આ નડી રીપોર્ટમાં દર્શાવેલા વર્ષમાં કરેલાં કામ સંતોષકારક જણાય છે.

**ઇલાકુમાર ચરિત્ર**—આ લઘુ પુસ્તક પણ અમને જેન મંડળ તરફથી મળ્યું છે. આ પુસ્તકમાં વર્ણન કરેલું ચરિત્ર મનન કરવા લાયક છે અને યુવાન વર્ગને કામોંધ જની આડે ગામંદારતા તેના વિચારો જલ્દાથી સુન્નીતિને માગે દોરે તેવું છે. કિંમત સદુપયોગ છે.

**શ્રી હરિમલ મચ્છી ચરિત્ર**—પ્રમુદ્ધ શ્રી રાધનપુત્ર જેન સુવકાદ્ય મંડલ કિંમત સદુપયોગ. હરિમલ નામના મચ્છીમારને એક મહાત્માએ ઉપદેશ કર્યો કે તારાથી થીજ નિમમ ન પાળી શકાય તો પણ એટલું કરજે કે તારી જાળમાં પ્રથમ જે મન્ય આવે તેને અમયદાન આપજે તે મારીશ નહીં એ નિમમ પાળવાથી તેને છેવટે રાજ પ્રાપ્ત થયું છે. રાજકન્યાઓ નજી સાથે લગ્ન થયું છે છતાંદિ રસીક ચરિત્ર છે.

શ્રીમત મુનિ મહારાજ શ્રી મોહનલાલજી જેન સેન્ટલ લાયબ્રેરી તથા સંસ્કૃત પાઠશાળાનો રાને ૧૯૧૪ ના જાનેવારીથી સન ૧૯૧૬ ના ડીસેમ્બર આખરે સુધીનો રીપોર્ટ તથા હીસાબ અમને એ સંસ્થા તરફથી મળ્યો છે. તે વાંચી જોતાં એ વર્ષોમાં કરેલા તરફથી થએલું કામ સંતોષકારક જણાય છે.

**કમ્પી જેનમિત્ર**—આ માસિકના ઝોનરરી તંત્રી દામજી ત્રિકમજી સાયલાવાલા છે અને ઝોનરરી વ્યવસ્થાપક જેદામાઇ દેવજી નામના છે. આ માસિકનું પોષ્ટલ સાથે વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૩) છે. મળવાનું ઠેકાણું રામનવમી ખીદીંગ કાથાખખર માંદરી મુંબઈ છે. આ માસિક ઉત્તમ જાતના કાગળો ઉપર છપાય છે. તેના લેખો પણ સારા પ્રકારના આવે છે. દરેક અંક આટપેપર ઉપર ચિત્રો પણ તે લેખના સંબંધ પુરતાં મુકવામાં આવે છે. આ માસિકમાં આવતી કેટલીક વાર્તાઓ પણ નીતિથી ભરપુર હોય છે.

**ચિત્રમય જગત**—આ માસિકના સંપાદક રા. રા. તુલમ્બશંકર ગૌરીશંકર યાગિક છે. આ માસિક પુના સીટીમાંથી ચિત્રશાળા રિટમ પ્રેસમાંથી પ્રસિદ્ધ થાય છે. મળવાનું ઠેકાણું ધી મેનેજર ગુજરાતી ચિત્રમય જગત પ્રેસ પુના સીટી છે. વાર્ષિક લવાજમ આટ પેપરની કોપીના રૂ. ૫-૮-૦ તથા રાઈટીંગ પેપરની કોપીના રૂ. ૩-૮-૦ ટપાલ ખર્ચ સાથે છે. આ માસિક જ્યારથી શરૂ થયું ત્યારથી તેના અંક અમારા તરફ આવે છે. અસલ તરફ અમારા માસિકના જલ્દામાં ધણાં માસિક પાસિક કે અંકવાડીક પત્રો આવે છે. પરંતુ તે સર્વમાં આ માસિકમાં આવતા લેખો ધણા ઉપયોગી અને તે વિદ્યાન વર્ગને હાથે લખાયા હોય છે. એટલુંજ નહિ પણ કેટલાક સાયન્સના જ્ઞાનમાં વૃદ્ધિ કરનાર હોય છે. લક્ષ્યના સમાચાર સંપૂર્ણ વિસ્તાર પૂર્વક આવે છે અને તેમાં જે રચેલે લઘુ આલતી હોય છે તેના નકશા પણ હોય છે. વળી તેમાં ચિત્રો પણ ધણે ભાગે દરેક પાન ઉપર હોય છે. એકદરે આ માસિકનો એક અંક વાંચ્યા પછી ખીજો અંક ક્યારે આવશે તેની વાટ કેટલાક માં દેહો જોતા હોય છે એવું અમારા અનુભવમાં આવ્યું છે. એકદરે આ માસિક પ્રખરને ધણુંજ ઉપયોગી છે.

**એતીવાડી વિજ્ઞાન**—આ માસિકના અધિપતિ રા. ગ. દુસેરાય સી. અંબરીયા છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૨-૦-૦ ટપાલ ખર્ચ સાથે છે. શ્રી. દુસેરાય એતીવાડી કોલેજમાં પાસ થયેલ

મમાં પણ ખેતીવાડીના પ્રયોગો કરે છે. તેમના તરફ મુલાકાત મલાદામાંનાં ઘણાં સ્થળોથી ખેતીવાડી સંબંધીની માહેતી મેળવવા મંજમાર્ગે પણ આવે છે તેમના પરોના તેઓ સમધાન દારક જવાબ આપે છે. હાલમાં અનાજ વગેરેની મણી મોઢવારી છે. આવા પ્રસંગે ખેડુતો શાસ્ત્રીય રીતે ખેતીવાડીનું કામ કરે તો ખેતરોમાં પુષ્કળ અનાજ પાકી શકે તે ખેડુતોની હાલત પણ સુધરે.

શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ—એમનું વિસ્તૃત ચરિત્ર જીવન ચરિત્ર ૭૫૦ ઉપદેશ-મૃત સાથે ૮૩૦ પૃથ્થ લેખક રા. રા. કાલ્યાણી રામચંદ્ર મહેતા અમદાવાદ અધ્યાત્મિક અંધમાળાનું પ્રથમ પુષ્પ કિમ્મત રૂ. ૨-૮-૦ નું લેખક મહાશય તરફથી અમને અભિપ્રાય માટે મળેલું છે. આ પુસ્તક અમે અચળી ઇતિ સુધી વાંચી જોયું છે. સંવત ૧૯૭૪ ના વૈશાખ માસની શુકલ પક્ષની બીજ તીજના દિવસે અમને આ પુસ્તક હું અમદાવાદ હતો ત્યાં લેખકે આપ્યું હતું. સ્વામી શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસનાં જીવનના ચરિત્રનું શુભરાતીમાં એક લઘુ પુસ્તક મેં કેટલાંક વર્ષો ઉપર વાંચ્યું હતું. પરંતુ આ મહાન પુરુષ સંબંધીના જીવન ચરિત્રનો તમામ હેવાલ મને યાદ નહોતો. માત્ર તેઓ અવતારી પુરુષ હતા અને સ્વામી શ્રી વિવેકાનંદના શુર હતા એટલુંજ મારા જ્ઞાનવામાં હતું. સંવત ૧૯૭૪ ના વૈશાખ સુદ ૬ ના દિવસે મારે હાથે અમદાવાદમાં નવાપુરામાં ખેરાલુસાલાં શ્રી બુદ્ધ-ચરણ માતાજીની પ્રતિષ્ઠા કરવાની હતી તેજ દિવસે પ્રાતઃકાળથી મેં આ પુસ્તકમાંનાં સ્વામી શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસનાં ઉપદેશમૃત વાંચવા માંડ્યાં હતાં.

પ્રતિષ્ઠાની ક્રિયાનું કામ દિવસના સવા અગીઆર વાગતાં શરૂ થયું હતું તે પહેલાં મેં કેટલાક ઉપદેશમૃત વાંચ્યાં હતાં તેમાંનાં આંક ૧૦-૨૧-૩૩-૧૧૮-૧૮૦-૨૦૭-૨૪૪-૨૪૯-૨૭૭-૩૧૭-૩૬૯-૩૭૦ તરફ મહાઈ ખાસ ધ્યાન ખેંચાયું હતું. અને સ્વામી શ્રી રામકૃષ્ણની પરમભક્તિ માટે મને વિચારે આવવા લાગ્યા હતા. આ પુસ્તક સંપૂર્ણ મેં વાંચ્યું છે. ઉપદેશમૃતનાં આંક ૧૭૧-૪૭૯-૫૧૨-૫૨૬-૫૪૮-૬૮૭-૬૯૮-૭૧૨ એ વચનો હૃદય-પટ ઉપર ચીતરી રાખવા સરખાં છે. જો કે ઉપરના ઉપદેશમૃતનાં ઉપર આંક મેં બતાવ્યા છે તે સિવાયના પણ આંક જોઈ ઉપયોગી છે એમ નથી પરંતુ તે વાંચતાં પણ આપણી મનોવૃત્તિમાં ફેરફાર થવા સિવાય રહેતો નથી. એકંદરે આ ઉપદેશમૃત નિત્ય પાઠ કરવા જેવા છે.

શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસના જીવનચરિત્ર માટે વિચાર કરતા આજ સુધીમાં મેં અનેક મહાપુરુષોના જીવન ચરિત્રનું અવલોકન કર્યું છે, તેમજ લખનામાં આવ્યાં છે. પરંતુ આ અવતારી મહાપુરુષના જીવનચરિત્ર જોઈ એક પણ જીવનચરિત્ર મારા વાંચવા જેવા કે સાંભળવામાં આવ્યું નથી. આદ્યાવસ્થામાંથીજ ઉચ પ્રકારનો જીવનના પરચ જણાવા લાગ્યા હતા. કાળી માતાના દર્શન માટે તેમને તીનેચ્છ થઈ હતી અને તેથીજ તેઓને ઉન્નમદાવસ્થા પ્રાપ્ત થઈ હતી. અને આજ સ્થિતિમાં તેઓ માતા સમક્ષ જોધાર અશુભાત દરતા હતા. આ તેમની દૃઢ ભક્તિ જોઈ શ્રી કાળીમાતાએ તેમને સાક્ષાત દર્શન આપ્યાં હતાં. કાળીમાતાનાં દર્શન પ્રાપ્ત થયા પછી પણ તેઓ શાન્ત ચિત્તે જોધા નથી. તે પશ્ચે દ્વાવચર્યા રાગસાધના કરી શ્રીતામજના, તથા સખીભાવરૂપે રાધાકૃષ્ણના, દરયામ ધર્મની સાધના કરી મહમદ પેગમબરના, હમ્મદાઈની સાધના કરી હમ્મદાઈના પશ્ચે સાક્ષાત્કાર થયાં હતા. કાળીમાતાનો સંજ્ઞાદાર થવા પછી તેઓ દરેક કામ તેમને પુણીનેજ કરતા



હતા. દિગંબરગુરુ તોતાપુરીને તેમણે કાળીમાતાની સલાહ લઈ ગુરુ કર્યા હતા. અને તેમનાથી નિર્વિકલ્પ સમાધી પ્રાપ્ત કરી હતી. તોતાપુરી મૂર્તિને માનતા નહોતા છતાં તેજ તોતાપુરીને શ્રીકાલીકામાતાએ અદ્ભુત ગાયત્રી ચમત્કાર જતાઓ હોને ને દર્શન આપ્યા હતાં, અને શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ સાથે તોતાપુરી શ્રી જગદંબાના મંદિરમાં દર્શન માટે જતા હતા અને સાક્ષાત્કારનો અનુભવ મેળવ્યો હતો. એટલુંજ નહિ પણ પોતાની થયેલી ભૂલ તેમને સમજાઈ હતી. શ્રી રામકૃષ્ણે કનક અને કામનિનો ત્યાગ અંતઃકરણથી કર્યો હતો. પોતાનું લક્ષ્ય થયેલું હતું ને તેમનાં પત્ની તેમની સાથે એકજ ગૃહમાં અને એક શય્યામાં શયન કરતાં છતાં આ કામજીત મહાન પુરુષે તેમને પણ કાળીમાતા જેવાંજ માન્યાં હતાં. તેઓ પુરુષાર્થહીન ન છતાં તેમની પરીક્ષા રાસમણીએ મથુરબાણુએ અને બીજાઓએ જુદા જુદા વખતે તેમના તરફ વારાંગના ને બીજી સ્ત્રીઓને મોકલી કરાવી હતી છતાં પણ તેઓ કામને વશ થયા નહોતા. તેજ પ્રમાણે કાંચન (લક્ષ્મી) નો પણ અંતઃકરણથી ત્યાગ કર્યો હતો. મોટી મોટી રકમ આપવા માટે મથુર બાણુ અને વહેપારી લક્ષ્મીનારાયણે આગ્રહ કર્યા છતાં તેમને ઉલટો હપકો આપી લેવા ના પાડી હતી.

રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવમાં ઉપદેશ કરવાની પ્રશંસનીય રીતિ હતી. ગમે તેવા નારિતક પુરુષનું મન પણ તેમના ઉપદેશથી જલ્દલાઈ હતું. કેશવચંદ્ર જેવા સુવિખ્યાત બ્રહ્મસમાજના નેતા અને અનેક બ્રહ્મસમાજ તેમજ નારિતક પુરુષોની શંકાનું સામાધાન કરી તેમણે ધર્મ માર્ગે ચડાવ્યા હતા. ઉપદેશનો અસર જલદી થતો નથી એમ જ્યારે તેમને માલુમ પડતું ત્યારે અર્થભાવ સમાધીમાં તેઓ તેને સ્પર્શ કરતા તે સાથે જ તે માણસને અનેક ચમત્કાર જણાતા હતા ભાવસમાધી પ્રાપ્ત થતી હતી અને તેમાં અનેક ચમત્કાર જણાતા હતા. તેમના ઉપદેશના પ્રતાપે અનેક મનુષ્યોને કાળી માતાનો સાક્ષાત્કાર થયો હતો. નરેન્દ્ર પાંડવથી જેઓ સ્વામી વિવેકાનંદના નામથી પ્રખ્યાત થયા છે જેવા બુદ્ધિમાન અને સંસ્કારી મહા પુરુષને નારિતક વાદમાંથી જવાની શ્રી કાળીમાતાનો સાક્ષાત્કાર કરાવ્યો હતો કે જેમણે આરિકામાં ઘણે સ્થળે વેદધર્મની સ્થાપના કરી છે. જેમના ઉપદેશથી નામ મહાદેવ જેવા પરમ ભક્ત યદ્ય ગયા છે. એવા શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવ સાક્ષાત્ અવતારી પુરુષ હતાં એમ કલા વિના ગાયે તેમ નથી. આ ઘોર કલિયુગમાં બ્રહ્મસમાજવાળા અને આર્યસમાજી, તથા ઇશુક્રાંત્રીના ધર્મવાળા કે દરજ્જાથી ધર્મેવાળા જેઓ મૂર્તિને માનતા નથી તેના સ્મયમાં હુંક સુદતપર યદ્ય ગયેલા શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવે શ્રી કાળીમાતાનો સાક્ષાત્કાર કરી અનેક લીલા ખતાવી છે અને બીજાને પણ તેના સાક્ષાત્કાર કરાવ્યો છે એવા અવતારી પુરુષ માટે જેટલું લખીએ તેટલું ચોક્કસ છે.

એમના જીવનચરિત્રમાં તેમણે કલકત્તામાં રચ્યાં દેહે હોવા છતાં બીજા દેહે અન્ય સ્થળે પણ દર્શન આપેલાં છે. તેમના જીવનચરિત્રમાંથી નીચે લખેલા પાને માર્ક ખાસ ધ્યાન ખેંચ્યું છે.

૩૧-૩૨-૪૦-૪૭-૪૯-૫૦-૫૨-૫૩-૭૨-૮૦-૧૧૪-૧૧૫-૧૨૮-૧૩૭ થી ૧૪૨-૧૮૪ થી ૧૯૦-૨૦૯-૨૨૪-૨૭૦-૨૭૪ થી ૨૭૬-૨૯૮-૩૦૨ થી ૩૦૫-૩૬૯-૩૭૫-૩૭૬-૩૮૯-૩૯૦-૪૫૮-૪૫૯-૫૦૫-૫૧૨-૫૧૯ થી ૫૨૧-૫૩૯-૫૫૮-૫૭૩-૫૭૪ એ રીતે પાન ઉપરનો લખાણ મહાકાવ્ય ખાસ ધ્યાન ખેંચ્યું છે અને તે પાનમાંનાં લખાણ મનન કરના લાયક છે.

આ પુસ્તકમાં પાન ૩૮૬ થી નરેન્દ્રના પ્રસંગ સાર થાય છે. તેઓ આગળ સ્વામી વિવેકાનંદ એ નર નામથી ઓળખાયા છે. આ મહાન પશુ અવતારી પુરુષ હતા અને તેમના માટે શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસ વારંવાર એજ વાત કીમુખે કહેતા હતા. આ મહાન પુરુષ માટે આપણે જેટલું લખીએ તેટલું થોડું છે. તેમણે યુરોપ અમેરિકા ખંડમાં ઘણા સ્થળે વેદ ધર્મની સ્થાપના કરી છે, અને તે દેશોમાં અને આપણા આર્યાવર્તમાં ધર્મ સર્જાધી ઘણાં બાપણો આપ્યા છે, અને આ દેશમાં પણ ધર્મની સ્થાપના કરી મઠ બાંધ્યા છે. શ્રીરામ-કૃષ્ણ પરમહંસની પેઠે તેમણે પણ પોતાનું આખું જીવન લોકોને ધર્મોપદેશ કરી લોકોને સદ્ ગામોં ચલાવવામાં ગાળેલું છે. તેમના પોતાના જીવનચરિત્રનાં મોટાં મોટાં પુસ્તકો ઈંગ્રેજીમાં ને ગુજરાતીમાં લખાયા છે એટલે એ સર્જાધી વધારે હકીકત આ પુસ્તકમાં નથી.

રા. રા. ડાહ્યાભાઈ રાગચંદ્રે કલકત્તા ખેરે સ્થળે જન્મે જઈ બારે શ્રમ કરી રામ-કૃષ્ણ પરમહંસ સર્જાધીની હકીકત મેળવી છે, તથા આ પુસ્તક સ્વયંમાં કેટલાંક બંગાળી પુસ્તકોની પણ મદદ લીધી છે; અને આનું સુંદર પુસ્તક પ્રગલ્બ આગળ સુધું છે તેને માટે આપણે તેમને જેટલો ધન્યવાદ આપીએ તેટલો થોડો છે. આ પુસ્તક વાંચતાં ગમે ઘણાં આનંદ થતો હોય કારણ શ્રી જગદંબાના અનેક ચમત્કારો અને જણાયા છે. આ પુસ્તક આખર સુધીનું પુરૂ થતાં એક વખત રાત્રિના એક વાગતાં સ્વપ્નમાં અને શ્રી જગદંબાના આઠાકિક સ્વપ્નનાં દર્શન થયાં હતાં; અને બીજી વખતે શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસનાં સ્વપ્ન-દર્શનમાં દર્શન થયા તે સુતી વખતે ખરા અંતઃકરણથી સ્તુતિ કરી હતી અને તેજ રાત્રિએ અને તેમનાં દર્શન થયાં હતાં.

## શું ભૂતનું અસ્તિત્વ હોઈ શકે ?

( ગત વર્ષના પૃષ્ઠ ૪૦૦ થી ચાલુ )

લેખક:—રા. રણછોડાસ દયારામ પારેખ.

( ૪ ) એક દિવસે તે નવસારી ગયેલો ત્યાં રાત્રે તેના સગાને ત્યાં દુકાનની અંદર સતો હતો. પડોરામાં પાનાની રમત રમતી હતી. ગૃહના બીજા બાગમાં કેટલાં એક માથુઓ સતેલાં હતાં. રાત્રિના એ એક વાગ્યાનો સમાર હોય. એવામાં તે ગૃહનો માલિક પિંચાપ કરવા માટે દીવે સળગાવી દુકાનમાં આવ્યો અને જેવો પહોરનાં દાર ખોલવા નામ છે કે, તેવોજ પહોરો. કાતુક આ પ્રમાણે હતું—

તે ગૃહના માલિકને ત્યાં સોનાનો દેરા કરવાનો હતો. તેને માટે સોનાનો બારીક તાર બેંચીને રહેવા દીધો હતો. આપારે ( રાત્રે એક વાગેજ તેઓ સર્વે વાનગીત કરી પરવામાં હતા અને સવાને દ્રુત એકજ કક્ષાક થયો હતો તેમાં પરાણીને—સોનાના તારે પતંગ સાથે સખેત-સજડતાથી બંધાયેલો એકને તે ગૃહનો માલિક ચમક્યો. એકદમ ધૂમ મારી અને પડોરામાં જેઓ પાના રમતા હતા, તેઓ દોડી આવ્યા, અને સર્વેએ મળી તે તાર કાપ્યો અને તે પરાણીને છોડી કાઢ્યો. સર્વે નિરમ્મ થયા કે, એક કક્ષાકમા તદ્દન નિ-સ્તબ્ધપણમાં—અને તે છતાં તાર તો ક્યાંકમાં તાજું દ્રુત પકડ્યો હતો છતાં કેવી રીતે પહોર

આવવા પામ્યો. કુંઝી તો પેલા ગૃહના માનિકની કેડમાં જ હતી તો એ કૌતુક સાથી થયું વગેરે વિચારો કરતાં નિદ્રાવશ થયો.

અમારી ન્યાતિના લેખક ઇતર ન્યાતિના ધણા મનુષ્યો ગતાંકમાં ખતાવેલી ખીનાને તે ગપાઇકન માનતા અને ભૂત જેવી કોઈ પણ વસ્તુ દુનિયામાં છે જ નહિ એવી નાપાયાદાર લૂલી દલિલો રજૂ કરતા. એક દિવસ સરખે સરખા ( ભૂતને નહીં માનનારા ) દોસ્તોએ વિચાર કર્યો, કે “આજ આપણે ખાત્રી કરવા એમને ઘેરે જ ગુપ્ત રીતે સ્થ રહીશું. તો એમનો ભૂત ખરો હોય તો એક રાત્રિમાં જ આપણને ચમત્કાર ખતાવી આપશે.” આવો મનસુખો હજી મનમાં જ છે; એવામાં એક વૃદ્ધ ગૃહસ્થે પોતાની ગાડી જોડી સર્વેને દ્રવા આવવાનું નિમંત્રણ કર્યું. સર્વે મિત્રો તૈયાર થયા અને દૈવશેષે પેકો ભૂતવાળો ગૃહસ્થ પણ આવી પહોંચ્યો, તે લોકોએ તેને પણ ગાડીમાં બેસાડ્યો અને દ્રવા જવા માટે ગાડી હાંકી. આ ગાડીમાં જ, કદાચ કૌતુક થાય એમ કોઇને પણ માણસ નહતું. સડ જણ તે ભૂતવાળા ગૃહસ્થને ત્યાં જઇને તેની પરચો બેવાના હતા. એવામાં ગાડી માઇલ દોઢ માઇલને આશરે ગઇ હશે ત્યાં લાગણું જ આશ્ચર્યકાંક કૌતુક બન્યું—

સમી સાંજનો વખત હતો. જગતના નેત્રમણિ મુર્ચ ભગવાન અસ્તાચળમાં ક્યારનાએ ઉતરી પડ્યા હતા. કૃષ્ણપક્ષ હોવાથી અંધકારનું પ્રાબલ્ય વધતું જતું હતું; છતાં શિલકુલ અંધકાર તો હતો જ નહિ. ગાડી નિર્ભય-એકાંત માર્ગે પરથી પૂરે ઝડપે વડન થતી હતી. ક્વચિત ક્વચિત ક્યાંઈ, કોઈ પણ મનુષ્ય દ્રશ્યમાન થતું; પરંતુ તે ઝાઝા તો નહિ જ. ગાડીમાં કુલે ચાર મનુષ્યો હતા. તેઓ સર્વે નિર્ભયતાથી એસી આડી અવળી વાંતોના ગપાટા ચલાવી રહ્યા હતા. એવામાં પેલા ભૂતવાળા ગૃહસ્થની ટોપી અંધસ્માત રીતે હવામાં ઊડી, અને તે છેક આકાશ તરફ ઉડીને ઉડી જવા લાગી. સર્વેજણા વિશમય થયા અને ઊઠી ન્યા. ગાડી હાંકનારે બળદના ઉપર પ્રહારો શરૂ કર્યા અને કહી જ નહોતું ગાડી દોડાવવા લાગ્યો. ચારે જણાની નજર આકાશ ગમ પેલી ટોપી તરફ જ હતી. તે ટોપી છેક ગુપ્ત થઇ ગઇ અને ઘોડે માથે પેલા ભૂતવાળા ગૃહસ્થને પોતાને ઘેર આવવું પડ્યું. પેલા ગાડીમાં બેઠેલા ત્રણ મિત્રો, કે જેણે તે જ રાત્રે ભૂતની પરીક્ષા લેવા ધરણે રાખ્યો હતો, તેઓ સર્વે એવા તો શીકા પડી ગયા કે પછી તો કોઈ વખતે અંધારી રાત્રે લાકડાના કકડાને દૂર પડેલો બેઠેલો ભૂતની કલ્પના જ કરતા. હવે તે દિવસે સાંજે જે ટોપી ગુપ્ત થઇ હતી તે ત્રણ ચાર દિવસે પેકો ભૂતવાળો ગૃહસ્થ દુકાનમાં બેસીને સોનાનું કામ કરતો હતો ત્યાં એકાએક હચેચી પડી, આ ખીના પણ પેલા ત્રણ ગૃહસ્થ ( ભૂતને નહીં માનનારા ) ના કાને ગઇ અને તે દિવસથી તેઓએ પોતાનો મમલ મોકી ‘પ્રાચીન સિદ્ધાંતમાં કોઈ પણ ચમત્કાર તો છે જ’, એ સૂત્રને સ્વીકારવા લાગ્યા.

x                      x                      x                      x                      x                      x

એક વખતે ચોમાસાનો વખત હતો. પેલા ભૂતવાળો ગૃહસ્થ રાત્રે પોતાની દુકાનમાં બેસી કામ કર્યા કરતો હતો. તેની પામે તેનો બાઇ પણ બેઠો હતો. ઘોડેક દૂર તેમનાં માતૃશ્રી, પત્ની, અને ન્દાનાબાદની વદ્ધ દેમજ રહોદામાંનાં કેટલાંએક જેઠાં હતાં. એક બાળુ કામની ધગલ હતી અને બીજા બાળુએ સ્ત્રીઓની પાલાંગિટમાં નિદાત્મક વિખય ઉપર જોનજોર ચડાવ્યો હતો; અને તેનો બોગ પાપડી સુશીય નજર

અને પનિપત્તનથી ઓછો થઈ ગયો હતો. કોઈ જાણતો કેટલી બાજતમા દોષિત અને પડત છે તે દરબારન, અતુભાન, કિવા જ્યાંવ આદિ સ્થળોએ થયા પછીજ મિદ્ધ થતું. ખરેખર, તે વખતનું દ્રવ્ય વિના મુશ્કેલી જોવા જેવું હતું. એવામાં ઉમેધી શુભ રીતે એક મોટું નાળિયેર ધરી આવ્યું અને પેલા બુતનાના ગૃહસ્થના માથામાં મરમઠાટ કરતું આજ્ઞાતું. સૌ પાલ્લેશ પોતાની ચર્ચાને ત્યાંજ મૂકી જઈ લઈ નાવી પરતુ એવામાં મામેધી તેમજ આગુઆગુથી રનેલી-રનો દોડી આજ્ઞા અને એ બતાવે કે રી રીતે જ-યો વગેરેની બાતમી મેળવવા લાગ્યા. સર્વેએ એકે મને કમુવ કહ્યું કે આ કામ પેલા મોટાભાઈ ( બુત સાહેબ ) નુંજ છે.

એક દિવસ પેલા બુતનાણે ગૃહસ્થ આજ્ઞા ઉપર પોતાના ઓગામાં મનો હતો. ગૃહના અન્ય મનુષ્યો પણ ધમપસાદ ઉધી ગયા હતાં. તેના ઘરમાં મોટો પટારો હતો. તેની પાસે તેનાં માતૃશ્રી, બધું વગેરે પણ સૂતા હતાં. ગનિના જે એક વાગ્યાનો સુગાર હતો. એવામાં પેલા પટારામાંથી દુષ્કાર-આર્તસ્વરો સભાના લાગ્યા તે પટારા પાસે સૂતેલા સર્વે જાગ્યા સફાળા જાગી ઉઠ્યા આગુઆગુ શુભ મારી અને લગભગ પચીસેક માથેઓ આવી પણ પહેાંચ્યાં, હાતજ પટારો ઉઘાડવામાં આવ્યો ( તે પટારાને ખાતું તાણું વામેલું હતું ). અને તેમાં લોચુ તો આદ્યારેય બુતવાના ગૃહસ્થને પિતાના તાંધી બંધાપલા દેવા. સર્વે મનુષ્યોએ ચોચાચ તો દાખી નાંખ્યો અને તે મિચારાને છુટો કર્યો. આખી રાત મર્વેજણા તે ગૃહમાં બેસી રહ્યા કે રજોને હવે પછી કાંય કોણ જીજી પક્ષિ ( જીવ લે-વાનીજ ) વાપરી દેરાન કરે ? પરતુ ત્યાર પછી લગભગ એકાદ મામ સુઈ દરી જાણવા જેની હકીકત થવા ન પામી.

બુતનાના ગૃહસ્થને ત્યાં રા. ત્રણેક હજારની જાણુય તેમજ રોકક રકમ હતી. તે બધી એક પટારામાં તાણુ વારાને મૂકેલી હતી. એક દિવસ તે રાત્રે જૂમ ધણેની જાણુય. તપાસ કરવા અગાઉ તે પગાવતું તાણું જોમનું તેમ ( અર્થાત્ પાંચત્ર હતું ) અને શુભ રીતે ચોરી થઈ. ઘરમાં હાહાકાર વર્ત્યો. એવામાં કેટલાએક વૃદ્ધ ગૃહસ્થો આવી પહોચ્યા તેઓ દીર્ઘચર્ચા દોનાથી લાગુલાઈ અતુભાન બાંધુ કે 'ગમેરે આપણે ત્યાંના પરાણાએ ( બુત ) અટક્યાણુ કહ્યું નકાવ ? ' એમ ધારી સલાહ આપી કે હાલ જે ચાર દિવસ વાનને લાખી ગળજે. એક બે દિવસમાં બે કાજ ચમત્કાર જેવું માલગ પડે તો કીક છે નહિતર પછી ચોચિયને ખગર કરીયુ. સર્વેને તે સલાહ મળી અને તે રાત ત્યાંનીજ લાખી બેસ્યા. દિવસ સુધી કાંઈ પણ ખગર ન મળ્યા, આ ઉપરથી મર્વેએ યોગિમને જાણુવના કહ્યું. "કાલે ચેતાલીયુ" એમ કહી તેના ગૃહના માથેઓએ વાત પડલી જેવી પાંગમે દિવસે રાત્રે પેલા બુતવાના ગૃહસ્થને સાથે તેના રનેલી ( ) એ રમખના દર્શન દીધા. આજીજ કરતાં કમુવ કરી દીધુ કે તે મુદા માલ જે લીધેતો છે અને તમજા ગૃહના કુલમા નાખેતો છે માટે કાલે સ્વદિ કાઢી દેજે જીજે દિવસે બુતવાના ગૃહસ્થે પોતાના રનેલીઓની રજા મધ રાતની હકીકત કહી સભાનારી રાત્રેજણા જુલી થયા અને નાતરાની જાનને વામે કોરો ? એમ ધારી અગરના પટારવાજ એક કુલમાં ઉતરનાગને તેડી મગાઓ અને તેની પાસે આજો કુલો અધો ગમ્મની કાઢ્યો; પરંતુ અધોસ ' અદ્યથી કાલ પશુ નિદ્રાયુ

નહિ. સર્વે સગાંવહાલાંઓ નિરાશ થઈ ગાળો દેના લાગ્યાં. તેને ખીજે દિવસે રાત્રે પુનઃ પેલા ભુતવાળા ગૃહસ્થને સ્વપ્નાવસ્થામાં સ્નેહી મિત્ર (!) નાં દર્શન થયાં. વળી પાછું પુછતાં એવો જવાબ મળ્યો કે, “એવા દુખરા આદિ અન્ય લોકોનું એ કામ નથી તમારે જો તમારું ધન જોઈતું હોય તો તમે-પોતેજ કુવામાં ઉતરો-અને તે પણ મળ્યકે ઉઠી નાહી ધોઈ પ્રભુની સેવા કરી ધાન્યળી કે ગ્રમટી સાથેજ કુવામાં ઉતરજો અને તમને તે જનસેના દાખડો પાણી ઉપરજ તરતો માલમ પડશે.” ખીજે દિવસે મળ્યકે ઉઠી પેલા ભુતવાળા ગૃહસ્થે પોતાનાં સગાંઓને જોલાવ્યાં અને ગ્રમ રાત્રિનો જનેલી ખીના તેમને ઢલી સંભળાવી. સર્વેએ તે પ્રમાણે કરવા કહ્યું; એટલે પેણે ભુતવાળો ગૃહસ્થ નાહી ધોઈ પ્રભુની સેવા કરી ધાન્યળી સાથેજ પ્રભુનું નામ લઈ કુવામાં ઉતર્યો. અને જોયું તો જણસના દા-  
ખડાને પાણીની અંદર તરતો દોડે, પહાર આવી તે દાખડો ઉઘાડ્યો તો એકે એક ચીર્મ (જેટલી ખોવાઈ ગઈ હતી તે સર્વે) તેમાં સંગોપાંગ હતી. આખા ગામમાં આ ખીના પ્રસરી અને કોઈની તાદાત નહતી કે તેને જોઈ-દેખી માને !

x x x x x x x  
આવા આવા ધણીએ જનાવો ઉક્ત ગૃહસ્થ પર વિત્યા છે; પરંતુ તે બધા અને જણાવવા જેવું તો પાર આવે એમ નથી. પૂર્વેના તેમજ આ લેખમાં જેટલી દર્શાવેલો જણાવેલી છે તે ઉપરથી હું આશા રાખું છું કે સર્વે વાંચક બધુએને ‘ભુતનું અસ્તિત્વ છે’ એમ એકસપણે ખાતરી થશે. અમે પણ પ્રથમ ભુત આદિને માનતા નહોતા; પરંતુ ઉપર્યુક્ત ઘટના બનવા પછી ધીમે ધીમે અમારી માન્યતા પણ તત્સમયે ચોંટવા લાગી. જે અકિતને ઉદ્દેશીને આ લેખ લખાયો છે તે અકિત હજી વિદ્યમાન છે તેની ઉપર હાલ લગભગ ૪૦ ) વર્ષની હશે. બધે ચાર ચાર દિવસે રાત્રે સ્વપ્નાવસ્થામાં ભુત તેને દર્શન આવે છે અને તેઓ માંહોમાંહિ વાતો પણ કરે છે. પરંતુ ઉપયોગી આવતો સિવાય બીજી વાતો પહાર પાડવાની તે ભુતે ખાસ મના કરેલી છે અને કદાચ તેના જણાવેલા વિષય વિરૂદ્ધ કોઈ પણ કાર્ય બની જાય તેનુંજ આવું આવું કષ્ટ સહન કરવું પડે છે. હું આ જેટલું જણાવું છું તે તદ્દન ખરું છે એમાં રાક્ષા લાવવા જેવું કંઈ નથી. સાંભળવા પ્રમાણે હાલમાં તે ભુતનું તોફાન ઘણું ઓછું થઈ ગયું છે અને બેચાર કે છ આઠ મહિના જેટલા લાંબા ગાળા પછીજ કસ્યિત દર્શન દેડે. તેમજ અગાકિના જેટલું લોકસાન કે દુઃખી પણ કરતો નથી. એમ બનવાનું શુ કારણ તે પણ વાત પહાર આવી છે; પરંતુ આ લેખ ધણી લંબાણ થવાથી સમય મળ્યે કોઈક વખતે તે ખીના જણાવીશ. હાલ તો આટલેથીજ ખસ-  
મહારી સાથે તમે પણ પ્રભુ પાસે પ્રાર્થના કરવા લાગો કે “હે દીન અધુ, તે દુઃખી આત્માને આવી વિપત્તિમાંથી મુક્ત કરે” !!!

## ભારતવર્ષની માચીન સભ્યતા.

(નાનાલાલ નં. કરીશ્વર.)

એકે કવિ કહે છે કે “સખતો ચેન જાતેન માતિ વંશઃ સમુત્પતિમ્” સંસારમાં મળે-  
લ્ય જન્મ એના સદ્ગુણ છે કે જેના કારણે વંશ, જાતિ તથા દેશની મોટાઈ ગણાઈ ગણાય.  
જે જાતિના યુવાનોમાં ધાર્મિક લોહી ઉજળું હોય તેજ જાતિ તથા દેશ ઉત્તમ થઈ શકે છે.

જે પોતાની જાતિને હિત કરવાને હરધરી મગ્ન હોય એવા યુવાનોથી જાતી ઉત્પન્ન થઈ શકે તથા તેજ યુવાનોથી દરેક જાતિ તથા દેશ આદર્શ તથા સ્મરણીય થઈ શકે છે.

એક એવો સમય હતો કે જ્યારે ભારતવર્ષ વિદ્યા, કળાકૌશલ્ય તથા સમૃદ્ધતામાં દુનિયાનો શિરોમણી હતો. આ યુદ્ધ ભૂમિમાં એવાં એવાં રત્ન પેદા થયાં છે કે જેણે ભારતને સર્વેનો પ્રેમ દેશ બનાવી દીધેલ છે. મર્યાદા પુરુષોત્તમ મહારાજ રામચંદ્ર તથા મથુરાનિવાસી યોગી રાજ મહાત્મા શ્રીકૃષ્ણ આનું પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ છે. ગૌતમ, વશિષ્ઠ, વિશ્વામિત્ર, વ્યાસ આદિ ઋષિ મહર્ષિઓનાં નામથી કોણ ભારતવાસીઓ અજાણ હશે?

સત્યવ્રતા હરિશ્ચંદ્ર, સુધિષ્ઠિર, મથુરધ્વજ, સત્યવ્રત, રુકમાંગદ આદિ સત્યની રક્ષાને માટે તન, મન, ધનને તિલાંજલિ આપવાવાળા રાજ મહારાજોનાં ચરિત્રોથી કયો ભારતપુત્ર અજાણ છે? સર્વદાન કરીને આજીસ દિવસ ભૂખ્યા રજા પરંતુ અતિથિસત્કાર ન હોયો એવા રત્નિદેવ મહાત્માનું ચરિત્ર આજ કોનાથી અજાણ્યું છે?

પરોપકારને વારતે જેણે પોતાનાં શરીરમાંથી માંસ છાદી આપ્યું એવા મહાત્મા શિવિ, તથા પરમાર્થને લીધે જેણે હાડકાં આપી દીધા એવા મહાત્મા દંધીચિત્તું નામ આજ કોણ નથી જાણતું?

પ્રદ્યુમ્ન, ક્રુવ, લવ, કુશ તથા અગ્નિમન્યુ જેવા ધીરવીર મહારથીઓનાં કામોથી કોણ અજાણ્યું છે? ભીષ્મપિતામહીનાં ઇન્દ્રિયદમન, ધીરજ, ગંભીરતા તથા વીરતા, વિરાજ વિવેક, કૃત્યાર્થિ શુણ્ઠી કોનું હૃદય ગદ્ગદીત નથી થતું?

અશ્વપતિ રાજાનું જીવન કોના કાનને પવિત્ર કરતું નથી કે જે શરતોમાં કહેતા હતા કે:-  
“નગરતે તોડસિજન પહેન કહ્યો નમઝાપઃ નાના દિવાગિતા વિદ્વાન ન સ્વેરી સ્વેરિણી કૃત.”

- અર્થાત-હું સત્યવચ્ચ, ઇન્દ્રયુક્ત તેજસ્વિ હોવાલક ઋષિ મહર્ષિઓ મારે ત્યાં આવો, મારા રાજ્યમાં કોઈ ચોર નથી, કોઈ કંજુસ નથી, કોઈ દારૂ પીવાવાળું નથી, કોઈ મનુષ્ય એવો નથી કે સાંજ સવાર સન્ધ્યા અગિ હોય ન કરતો હોય, કોઈ બ્યભિચારી ન હોવાથી બ્યભિચારણી તો ક્યાંથીજ હોય?”

આપણા પૂર્વે રાજાઓના સુપ્રમુખ તથા તેઓની દ્રઢપ્રતિજ્ઞાઓ એવીજ હતી.

એક દિન કહે છે કે આ દેશના પાણેલ પોષટ મેના પશુ જગતની નિરુપના તથા અનિ-ત્યતાપર વિચાર કરતા હતા. વિચારવાનું તો એજ છે કે અહીં વિદ્યાનો કેટલો પ્રચાર હતો.

એવી રીતે શંખ તથા વિખિત નામના એ બાઈઓનાં જીવન આજ કોનાથી અજાણ્યું છે કે જેઓ બને જાહુદા નદીને કાંઠે પોતપોતાના આશ્રમમાં તપ કર્યા કરતા હતા. એક વખત સિખીત સુનિ પોતાના મોટા બાઈ શંખ સુનિના આશ્રમમાં ગયા ત્યાં જુઓ છે તો જાગમા મધુર સ્વાદિષ્ટ ફળો લાગેલાં છે. શંખની ગેરહાજરીમાં વિખિતે તે જાગના ફળને તોડીને ખાધાં. જ્યારે શંખને ખબર પડી ત્યારે નાનાબાઈને કહ્યું:-

બાઈ તેં આ સાઈ કામ ન કર્યું કારણ કે મારી આરા રિના આશ્રમનાં ફળ તોડીને ખાઈ લીધાં જેમ ગણે તેમ તું ચોરીના દડને બાગી છે આથી બ્યાગખી એ છે કે તું રાજાના પાસે જઈને દંડની પ્રાર્થના કર.

મોટાબાઈની વાત સમિજીને લિખિત સુનિ રાજ સુયુક્તની પાસે ગયા તથા વિગત સંબંધાવીને બોલ્યા હું ચોર છું મને દંડ દો.

રાગએ કહ્યું કે તમારી સત્યતા પર પ્રસન્ન થઈને તમને ક્ષમા કરે છું. પરંતુ વિખિત મુનિએ માન્યુ નહીં. છેવટે તેના બંને હાથ કાપી નાખ્યા. હાથ કાપી તે પોતાના મોઢાબાઈ શંખની પાસે આવ્યા પછી ક્ષમા માગી પોતાના આશ્રમમાં તપ કરવાને લાગી ગયા.

આવા આવા એક ઉપર એક ઉત્તમ આદર્શ જીવન બનાવનાવાળા, જીવનને માટીમાં નાખેલ એવા સેકડો દાહરણો ભારતના ઇતિહાસમાં સુવર્ણાક્ષરોમાં લખવાને યોગ્ય છે. જે દેશની માતાઓ પણ વિદ્વા, સુમિત્રા તથા કુંતી જેવી થઈ ગઈ છે તે દેશની ભૂમિ પુણ્યવાન નહિ તો બીજી શું ?

જે માતા સુમિત્રાના એવા ઉચ્ચ આદર્શ વિનાગ હતા કે જે પોતાના પુત્રને એ ઉપદેશ કરે કે "એક વડીલબાઈ નામ ૩૮ વર્ષને માટે વન જઈ છે, તું જા. મારી આરાધને માત્ર તથા ૧૪ વર્ષ સુધી તેની મેવાથી તારા જીવનની સફલતા કર તથા સીતાને તારી માતા સમાન સમજ."

જે કુંતીએ બ્રાહ્મણ પુત્રની રક્ષાર્થે પોતાના પ્રાણ પ્યાગ પુત્રને રાક્ષસના આહાર તરીકે મોકલ્યો તે ઉપદેશ કોઈ કે, એક બ્રાહ્મણીને એક જ દીકરો છે જે રોઈ રોઈ મરી જશે, એક બ્રાહ્મણ કન્યા વિધવા થઈ જશે, તથા કુટુંબનું કુટુંબ બગડી રહેશે. આપણે તેના ધરમા આશ્રય લીધો છે તેની રક્ષા કરી તે આપણું પરમ કર્તવ્ય છે.

જે માતા કુંતી તથા સુમિત્રાના આવા ઉચ્ચ બાલ તથા ઉચ્ચ આદર્શ હોય તેની કુખથી પછી કેમ ગમ, લક્ષ્મણ, કૃષ્ણ તથા રાધિકા જેના મહાત્મા જન્મ ન લે ?

તથા આવી માતાઓથી કેમ સાનિતી, સુખ્યા, અશુભતી, તથા દમયંતી જેવી ત્રિદુષી પતિપરાયણ સતીસાધ્વી કન્યા કેમ ન જન્મે ?

## પશુ અને મનુષ્ય વચ્ચે ભેદ.

લેખક-ત્ર મોતીન લ ત્રિ. દલાય, સુમધ.

પશુ અને મનુષ્ય વચ્ચેનો ભેદ એ કદાચ ઘેરો ઘરોમાંથી ચર્ચામાં તેટલોજ પ્રાચિ સાસ્ત્રનાં અગમ્ય સ્થાન ધરાવે છે જેઓ એકીકરણ અને એકતા મોખે છે અને જ્ઞાનનો અંત તેનેજ મમ્મરો છે તેઓને તો મનુષ્ય અને પશુ વચ્ચેનો ભેદ બહુ નિહેન અને કેવળ મામારૂં બહાને પાત્ર તે બંને વેદાંતીઓ એ વાત મનાવો જુલો જન્મ છે કે વસ્તુ માત્રની એકતા જેવી રૂપનામાં અલગતા જગ છે ખરો, પરંતુ તે એક વિશેષ દૃષ્ટિની સત્ય છે, અને દરેક જોની જાગૃત અમદ દ્રષ્ટિથી તે ખરી હોઈ શકે છે. જ્ઞાનની પરામણ વ્હુડી જુડી લાગતી વસ્તુઓના આમાન્ય શુભે મતાવવામાં નથી પરંતુ એક લાગતી વસ્તુઓમાં શી શી અસામાન્યતા છે તે મોઢી કુટરામાં પણ છે.

મનુષ્ય અને પશુ વચ્ચે જે કેટલાક ભેદ છે તે તો દેખીતા છે. શારીરિક ભેદ તો બહુજ પ્રત્યક્ષ છે પરંતુ આંતરિક પ્રત્યક્ષ કાર્ સૌથી મુખ્ય હોતો નથી એ વાત જુલનાની નથી. પશુને હાથ નથી ને ૨ ને બદલે ૮ પગ છે એજ મોટી મુખ્ય ભેદ બાળમાં જાણે છે. પરંતુ આ એક ઈ. જુ ભેદ છે. પશુના અને માનવ દરમિયાન વાતચીત આશ્રય એ પગ જોડવા વાત હાથનું કામ કરે છે. અને હાથ કાર્યના મિદ્ધાત પ્રમાણે ઇતિહાસના મંદાણ પૂર્વેના

આપણા પૂર્વજોના આગલા પગેમાંથીજ ધીમે ધીમે, હઠારે પેઢીએ રૂપાંતરને પામ્યા છે. ક્રમિક વિકાસનો સિદ્ધાંત સત્ય છે જેમ કહેવાનો આગળ નથી. મનુષ્યનો હાથ અને આગલા પગ વચ્ચે જાડું ભેદ નથી એ જાતાવવાનું એ સિદ્ધાંતની વાત હળી છે; વાનર તો એ પગો હાથ તરીકેજ વાપરે છે એ પ્રસિદ્ધ છે.

સારીરિક અવયવોમાં કૌથી મુખ્ય શેઠ મરતકની રચનાનો છે અને તેજ મનુષ્યને પશુથી ભિન્ન પાડે છે. મનુષ્યનું માથું પ્રમાણમાં આગળ અને તાલું છે, જ્યારે પશુનું છાપરા પેઢે પાછળ ધસતું છે. આ કારણથી તેનામાં શુદ્ધિ નથી, તેને ખાત્રા પીવા સિવાય બીજી કોઈજ વિચાર નથી. અંતઃકરણમાં પણ કંઈ હશે તો નહિ જેવુંજ છે કેમકે તેમાં દયા, નીતિ આદિ કંઈ પણ તત્વો સ્વાભાવિક રીતે નથી. તેને પોતાના બાળકો માટે લાગણી હોય છે, પરંતુ તે દયાથી નહિ કિન્તુ કુદરતી અને પ્રેરણાથી છે. તેનું પ્રમાણ એ છે કે પશુપક્ષીનું બાળક મોટું અને સ્વતંત્ર ચરીખાતું થતાં તેના તરફ માતાને કંઈ પણ લાગણી રહેતી નથી. અને માતાની પવિત્રતાનું તે માતાને કે પુત્રને લેશ પણ જાન રહેતું નથી. પશુમાં વિચારશક્તિ તેમજ અંતઃકરણનો લેશ નહિ હોવાથી જ તે કાંઈ પણ અપરાધ કરતું નથી. કાંપડાએ તેઓ માટે કંઈ પણ શિક્ષા હસવી નથી.

અમુક પશુઓમાં અને ખાસ કરીને પક્ષીઓના પતિપત્નીના ભાવ જોવામાં આવે છે. પરંતુ તે પણ શુદ્ધિપૂર્વક હોવા કરતાં પ્રેરણાનો પ્રદેશ છે. કોડી વજેરમાં દીર્ઘદષ્ટિ તથા નિયમિતતા, ઉદ્યોગિતા જેવામાં આવે છે, પરંતુ તે સ્પષ્ટ પ્રેરિત છે. પશુઓમાં વિચાર શક્તિ અને અંતઃકરણ નથી એટલે કેવલ તેના અભાવ છે એમ સમજવાનું નથી. કાંઈક અલ્પ સંસ્કારો તો છે. ઉચ્ચતર કોટિનાં પશુઓ જેવાં કે કુતરો, ઘોડો, વાનર, અને હાથીમાં વિચારશક્તિ ખીજ પશુઓની અપેક્ષા ઘણી પ્રકૃતિસત છે. અને તેઓની શુદ્ધિમત્તા, વ્યક્તિત્વ, આલાહી તેમજ સાહસિકતાનાં અનેક ઉદાહરણો મળી આવે છે. સર્કસના ફેશવાયલો પશુઓ એવી ઉચ્ચ કોટિનાં છે. પરંતુ વ્યાવસાયિક રીતે પશુપક્ષીમાં શુદ્ધિ અને અંતઃકરણ નથી એમ કહી શકાય. ગમે તેટલા જંગલી અને વિદ્વાન-શુદ્ધિવાન મનુષ્ય વચ્ચે જેટલો ભેદ છે તે કરતાં જંગલી અને મનુષ્યથી કૌથી નિકટ ગણાતા એવા ચીપાંચી કે ચોર-જ-કોરો કે મનુષ્યનાં વાનર વચ્ચે અત્યંત નજીક વજેરો જોઈ છે. મનુષ્ય પક્ષીઓ તરફ વળી કરે છે, પરંતુ પ્રોફેસર મેક્સમ્યુલર કહે છે તેમ એ કેવળ સાદીમાં સાદી જાતનો જેને અંગ્રેજીમાં “ડીડીન” કહે છે તે છે. તે સ્વ. વિદ્વાન લખશે આપે છે કે પોપટને ખાત્રી દાદેમ આપો તો તે ફોડી જશે. બીજું પણ ફોડી જશે. તે પછી હમણે મુકો તો તે નહિ. ફોડે, કેમકે તે તરફથી એવા અતુલાનપર આમંત્ર્ય છે કે બધાં દાડેમ ખાલી છે. આ નિઃસંશય તર્ક છે. એટલુંજ નહિ પણ પશુ પક્ષીઓમાં સ્મરણશક્તિ પણ અમુક અંશે છે, અને ઘોડાને તો સરવાળા બાદબાટી અને ભાગાકાર અને દંઢમાજક સુદો જર્મનીના એક પ્રોફેસર શીખમ્યા હતા અને પછી બીજા ઘોડાઓ પણ શીખ્યા હતા એ વાત પ્રસિદ્ધ છે. વાનરો કવચિત કવચિત રહેવા સારું થર જેવું પણ જાણતા બહુલા છે. પક્ષીઓ માળા બાધે છે અને કરોળિયા વજેર કોટો બનાવે છે. તેમાં કસ્યત અને તાવ આદીના નિયમો એજીનીયરને પણ છક-કરે એવા બનાવેલા હોય છે. જનુ દ્વારની ગણગણને ખાદી દહીને અપમાન કરી શકે એવું બનાવ્યું હોય છે. પરંતુ એ સિદ્ધ છે કે જેમાં શુદ્ધિ નહીં પણ પ્રેરણાનો અંશ



છે. તે છતાં પણ અનેક અમાનુષી યોનિઓમાં જોાછી વતી મુદ્ધિ તેમજ અંતઃકરણ છે એમ માનવું પડે છે. પરંતુ મનુષ્યના સ્પર્શકાર તરીકે તેવું કાંઈજ સુક્ષ્મ નથી એજ કહેવાનો આશય છે. તેની હૃદ એટલી મર્યાદિત અને અસ્થિતિસ્થાપક છે કે ગમે તેવા મૂર્ખ મનુષ્યના શત્તાંશ તરીકે પણ ગમે તેવો અંચળ પણ યથ શકતો નથી. તેની મુદ્ધિ સંકેતમાં અને પ્રદર્શનમાંજ દામ આવે છે. તે બીજાને દામ આવે છે-પોતાને કામે લગાડી શકે-એવી તે કદાપિ હોતી નથી.

મનુષ્યમાં અને પશુમાં મુદ્ધિબેદને લીધે એક બહુ જાણુવા જોગ ઉપજેઃ પણ માત્રમ પડે છે. પશુઓની આંખમાંથી આંસુ પડતાં જોયાં છે, પણ તે શારીરિક દુઃખને લીધે હોવાનું કલ્પાય છે. માનસીક દુઃખને લીધે હોવાનું કલ્પાય છે. માનસિક દુઃખને લીધે આંસુ આવતાં ખાસ જોવામાં આવ્યાં નથી. અને શારીરિક દુઃખ છતાં પણ કવચિતજ આવે છે. વેદના થી એ તો શરીરનો ધર્મ છે, અને તે વિષે પણ સામાન્ય છે, પરંતુ અહીં પણ એ ભેદ જરૂર છે કે મનુષ્યને દુઃખ બહુ વધારે તીવ્ર થતું હોતું જોઈએ; કેમકે તેને કિંચિત પણ શારીરિક દુઃખથી બહુ અશ્રુપાત થાય છે; જ્યારે પશુને અતિશય દુઃખ છતાં કિંચિતજ અને કવચિત થાય છે. પરંતુ એથી પણ આશ્ચર્યકારક ભેદ એ છે કે, મનુષ્યની પેઠે પશુને કદાપિ દસવું અવસ્થું નથી ! યોગ દિવસનું માનવ બાળક ખડખડ હસતું હોય છે. ગમે તેવું સુખી પણ કદાપિ દસવું નથી. આતું શુ કારણ ? હર્ષ સ્પેન્સરે “હાસ્યની ઉત્પત્તિ” વિષે એક લેખ લખ્યો છે. તે પ્રમાણની વિચાર પરપરામાં અમુક કારણથી બાધા આવવાથી ચાનતંતુઓને ધક્કો લાગે છે, અને એ ધક્કાનાં મોજાંઓ મુખના ચાનતંતુઓને ધક્કો મારે છે તેથી તે ઢાલી જવાથી હાસ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. વિચાર વ્યાપારની અણુધારી સ્તબ્ધતા એ હાસ્યનું રહસ્ય છે. એ સિદ્ધાંત ખરો હોય તો પશુને હાસ્ય કેમ થતું નથી તેનો તાજવો મગે છે. તેમાં વિચારશક્તિ વ્યાનહારિક રીતે નહીં હોવાથી તેમાં એચિંતુ ભંગાણ પાતું નથી તેમ તેને હાસ્ય થતું નથી. હાસ્યશક્તિ એ મનુષ્યને પરમાત્માનું મોઝામાં મોઝું વર્ણન છે. પશુને વાચા નથી તેવું પણ એજ કારણ છે કે તેનામાં વિચારશક્તિ નથી. પશુના મળામાં ઉચ્ચાર કરવા જે તત્વો જોઈએ તે છેજ નહીં એમ નથી. પરંતુ વિચાર વિના બાપા, અને બાપા વિના વિચાર, શક્ય નથી એ એક પ્રખ્યાત યત્ન છે. વિચારની અશક્તિને લીધેજ યોગ માસના બાળક પેઠે પણ જાપાનો અક્ષરોનો પ્રયોગ કરી શકતું નથી. પોપટ, દાકાકૌઆ વગેરે પક્ષીઓ અપવાદરૂપ છે. તેઓ અક્ષરોના ઉચ્ચાર કરી શકે છે. પરંતુ આ એક અપવાદ છે. તેઓના કંઠ પ્રમાણમાં બહુ સારી સારી રીતે પ્રકુલિત થયેલા હોવાથી અને સ્મરણશક્તિને લીધે તેઓ ભાંગાકુટ્ટા ઉચ્ચાર કરી શકે છે. તો પણ તે અપવાદ તો હોય છેજ. શબ્દ કરતાં તેમાં હામોનીયગના સુરનું તત્તવ વિશેષ હોય છે. પશુઓનો કંઠ પ્રમાણમાં બહુ અલ્પ વિકાસ પામેલો હોય છે. પરંતુ એ સુનિશ્ચિત છે કે વિચારશક્તિના અભાવને લીધેજ વિશેષ વિકાસ થતો અટકી ગયો છે. વિકાસ નિષ્પ્રયોજન હોવાથી વિકાસ થયો નથી. વિચારશક્તિ વિના વાચા વધે તે એક બમકર વાત યથ પડે. મનુષ્યોમાં પણ પ્રમાણમાં મૂર્ખ માણસો ગમે તેમ લગે છે તેથી જગતને કેટલી બધી હાનિ થાય છે. પણ તેનાથી પણ જોાછી વિચારશક્તિવાળાં એવાં પશુઓ જોવામાં મળી જાય તો તે દુનિયામાં સ્વેતુંજ બારે યથ પડે. પશુને પ્રસુએ વાચા નથી આપી તે તેને આશીર્વાદ નહીં હોય તો પણ મનુષ્યને તે આશીર્વાદ છેજ.

પશુમાં પ્રુદ્ધિની અંતિ હોવાને કારણે એક બીજાં પણ જાણવાનું પરિણામ આવ્યું છે. સ્મરણશક્તિ એ પ્રુદ્ધિનો એક ભાગ છે. સ્મરણશક્તિમાં સૌથી અગત્યની આવડત જૂત, બિવિધ અને વર્તમાનનું અનુસંધાન કરવાનું છે. પશુમાં કાલજ્ઞાન માત્ર વર્તમાન ક્ષણનું જ છે. તેથી જ તે જૂતકાળનો માતૃપિતાની જૂતકથા જુની જાય છે, અને મમાનપણે નિર્દોષ રીતે વર્તે છે. તે સંતતિ ઉત્પન્ન કરવામાં મનુષ્યથી ઓછું વિષયો નથી. તેનું પાવન પણ પશુ માત્ર અચ્છી રીતે શિશુવય સુધી કરે છે. પરંતુ સંતતિ માફ નામ રાખશે, મારી પેટી જામશે ક્યાંદિ જરા પણ દુરના બિવિધ વિષે તેને કાંઈપણ લેખ, આશા કે ભય નથી. તેથી જ સંતતિ સમ્રદ્ય જેવું તે કાંઈ જાણતું નથી. કાલવિભાગ સ્મરણશક્તિને જ અંગે છે. પૂર્વજો પ્રતિ માન અને વંશજો પ્રતિ દયા તથા આશા એ બિવિધના સોફા-સંદ્યાઓ શેકડીયા ખાતામાં ક્યાંથી સંભવે ?

તેઓ નિઃશંક રીતે નમ્ર કરે છે. પરંતુ આ કાંઈ પશુની વિશેષતા નથી. આફ્રીકાના જંગલોમાં દલ્હુ સ્ત્રીઓ સુદાં કેવલ નમ્ર કરે છે અને રેલ્વે સ્ટેશનો ઉપર ક્યોંકા ઉઘાડી બીજા મનિષા સાહેબો પાસે આવે છે. જે આફ્રીકન સ્ત્રીઓ કટિ-મટેશ ઉપર કાંઈક વસ્ત્ર કે પાંપણ નાખવા જેટલી સરમિંદા થઈ છે તેઓ પણ સ્તન તો ઉઘાડા જ રાખે છે અને સુધરેલા ગણાતા યુરોપીયનો કે હાંદીઓ તેનો સ્પર્શ કરે છે તો એ બિભક્ષતા અને અમ. મોંઘા માટે કોપિત નથી થતી, પરંતુ તે સુખતા માટે કેવલ આશ્ચર્ય પામે છે ! સમ્યક્તા આ પ્રમાણે એ મનુષ્યનું વિશેષ લક્ષણ નથી. પરંતુ સરકારી મનુષ્યનું જ વિશેષ લક્ષણ છે. એજ પ્રમાણે સ્ત્રીપુરુષની નીતિ પણ છે. તે પણ સરકારી મનુષ્યનું જ વિશેષ લક્ષણ છે. કેવળ જંગલી મનુષ્યોમાં શારીરિક નીતિ જેવું કાંઈ હોતું નથી. પુરુષ ગમે તેટલી સ્ત્રીઓ “પરણું છે” ખરે પરંતુ તે લગ્ન કરતાં ખરીદી વિશેષ છે. માલિક તરીકે તેનો ઉપયોગ તેઓ કરે છે અને પછી ખીજને વેચી પણ મારે છે.

અહીં મનુષ્ય અને પશુમાંનો મુખ્ય ભેદ ઉપરિચિત થાય છે. પશુમાં માલિકી જેવો વિચાર હોતો નથી. એક દૃષ્ટિએ તેઓ જેવા અર્થાંશિક અને ખરા વેદાંતી કાંઈ નથી. જોઈએ છે ત્યારે ખીજનું વિના શંકાએ પેતાનું જ ધારીને લે છે અને નદિ તો ગોં પામે હોય ખંજુ લેતાં જ નથી. બિવિધ્યની કલ્પના કરવાની અશક્તિનું આ પરિણામ છે. તેઓને એટલી પણ ખબર નથી કે આવડી કાલે પાછા બુખ્યા થઈયું માટે થોડું સમ્રદ્ય, આવડી કાલનો એકવડો વિચાર હોય તો પછી આવડી કાલે બુખ્યા થવાનો એવડો વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે. ગમે તેટલા જંગલી મનુષ્યમાં માલિકીનો વિચાર હોય છે. પશુઓમાં અહીં તો કાળિક-વર્તમાનકાલ માટે જ માલિકીનો વિચાર હોય છે અને તેટલા કાલ સાર સ્વા. મીત્ય લેવા તે પ્રાણ પણ અર્પણ કરે છે.

## આર્થ દૃષ્ટિએ આધુનિક અર્થશાસ્ત્ર.

લેખક:—શ. લક્ષ્મીશંકર નર્મદાશંકર ભટ્ટ, બી. એ. (ઓનરે).

પરમસૂચ તથા અપવર્ગના સાધન વિશેનું આર્થ ધર્મનું તત્ત્વજ્ઞાન પાશ્ચાત્ય તત્ત્વજ્ઞાન કરતાં ઉચ્ચતર છે એમ સામાન્યતઃ સ્વીકારાય છે. સંસ્કૃત ભાષાનો એક અંગેજ અધ્યાપક કહે છે

કે, “ જ્યાં ક્ષિતિ તત્ત્વજ્ઞાનનો અંત આવે છે ત્યાંથી તો હિંદુ તત્ત્વજ્ઞાન-શરૂ થાય છે. ” પણ તેજ પવનને સામું એમ કહેવામાં આવે છે કે તત્ત્વજ્ઞાનની દરેક શાખાપરતે પ્રાચીન આર્યોએ બિન્ન બિન્ન યુક્તિપાદ રચ્યા નથી. તેઓએ જ્યાં વિષયોનું મિશ્રણ બનાવ્યું છે અને પ્રત્યેક વિષયમાં ધર્મ પ્રધાન રહે છે. સિદ્ધાંતો ઉપર સિદ્ધાંતો ખડકીતે આખી ધ્રુવારત આંધી કાઢવાની રીત તથા ન્યાયની સૂક્ષ્મતાજ સદ્યમાં રાષ્ટ્રીએ તો અર્વાચીન નીતિશાસ્ત્ર, અર્થ-શાસ્ત્ર, અણિતશાસ્ત્ર વગેરેમાં અંતર્વિત કામે લાગેલાં જે વ્યવહારિક (analytical) મંત્રિ-કો કરતાં વિશેષ ઉત્કૃષ્ટ લાગે. પરંતુ આજ તેમની પ્રશંસાની પરાકાષ્ટા છે. તેમના તત્ત્વજ્ઞાનને જીવનવિજ્ઞાન કહેવા જતાં આંધકો આવી જાય છે. તેઓનાં તત્ત્વજ્ઞાનો કેવી રીતે જીવનું એ તો નથી જ શીખવતાં. તેઓનાથી મગજ તંદુરસ્ત રહે છે. તેઓનાથી યુક્તિવાદની શક્તિ ખીસે છે કે જે ધ્રુવજ્ઞાને જીવું છે. પરંતુ જેવી રીતે કમરત, શરીરને કેળવનાર છે તેવી જ રીતે માત્ર તેઓ મગજને કેળવનારા છે. જે આસર મુગ્ધજાતી શરીર ઉપર થાય છે તે જ આસર તેમના અભ્યાસથી મગજ ઉપર થાય છે.

લાક્ષના અર્થશાસ્ત્રમાં તત્ત્વજ્ઞાનને એકદેશીય બનાવવાની રીતનો બરાબર આલેખકાર થાય છે. અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે તેઓ જીવનના સાધારણ વ્યવહારમાંના મનુષ્યનાં કર્મોને અભ્યાસ કરે છે. તેઓનો અભ્યાસ એ મનુષ્યના અભ્યાસનો એક ભાગ છે; કેમ જાણે કે મનુષ્યના એ ભાગ થઈ શકતા હોય નહિ, અને યોગ્ય રક્તાશય તથા નિયામક મંત્રિક એ બેને ધારણ કરનારાં વક્ષસ્થલ તથા શીર્ષના અભ્યાસ વિના પગનો અભ્યાસ થઈ શકતો હોય નહીં ? વધારે સ્પષ્ટતાથી બોલીએ તો તેઓ મનુષ્યનાં કર્મોનો અભ્યાસ કરે છે. પરંતુ તે કર્મોના ઉદ્ભવજ્ઞાનનો તેમજ તેમને સત્ત્વમાર્ગે નિયોજવાની રીતનો અભ્યાસ કરતા નથી. તેઓ મનુષ્યની ઇચ્છાઓનો અભ્યાસ કરવા માગે છે, પરંતુ કદાચ પરિસ્થિતિથી કદા ઇચ્છાઓ ઉત્પન્ન થાય છે અને તે ઇચ્છાઓને સત્ત્વ માર્ગે કેમ પ્રેરવી તેનો અભ્યાસ કરવા તેઓ માગતા નથી. આ સર્વ તત્ત્વજ્ઞાનને એક દેશીય બનાવવાની વૃત્તિને લીધે છે, અને તે જ આર્યોને ખાસ કરીને ઇષ્ટ નહોતું. જ્યારે જ્યારે તેઓ કોઈ પણ સવાલ હાંધમાં લેતા, ત્યારે ત્યારે તેઓ તેને સપૂજા દર્શિગિંદુથી તપાસતા. તે પહેલાં પણ તેઓ મૂળ વિચાર દૃઢ કરવા મથતા, અને જો એક વાર મુખ્ય વિચારો તેમનામાં રહેલાં હતા એવન જ્ઞાનની ભૂમિમાં મૂળ નાખતા તોજ ધર્મના બળથી એકત્ર ચોટી રહેતા. જીવનના તમામ સવાલોના તંતુઓ વડે એક તત્ત્વજ્ઞાનનું વિશાલ વૃક્ષ ઉગી શકતું. અમરસુ નહિ. આર્યો અર્થશાસ્ત્ર બનાવી ન શક્યા તેનું કારણ પણ આજ છે.

મનુષ્યમાં ઇચ્છાઓ અને તૃષ્ણાઓ હોવી જોઈએ કે નહિ એ સંબંધમાં જ આર્યોએ ચોક્કસ સિદ્ધાંત ઉપર આવવાનો પહેલો પ્રયાસ કર્યો. જો નિર્ણય નકારમાં આવ્યો હોત તો અર્થશાસ્ત્ર ઉદ્ભવ્યું હોત તેમાં મને કોઈ શંકા રહેતી નથી. પણ નિર્ણય નકારમાં આવ્યો અને તેથી ધન, અને પરિણામે ઇચ્છાઓ, સાથે સંબંધ રાખના અર્થશાસ્ત્રનો ઉદ્ભવ થયો નહિ. ઇચ્છાઓના પ્રધ્વંસના સવાલ ઉપર મૂળ્યું વિવેચન એકત્ર થતું. પરમસુખ માટે માનુષ્યે ઇચ્છાઓને ત્યાગ કરવો. કરજો ખાતર તરતની કરજો ગોત્સાદ બળવરી પણ ઇચ્છાઓ ઉત્પન્ન કરતી લાલચોથી દુર રહેવું.

તેમ છતાં અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે જોકે કેટલાક ઉમદા અપવાદો હોઈ શકે, પરંતુ આ દુનિયામાં જ્યાં એવા છે નહિ. અને ચંદ્ર સહે પણ નહિ. તેઓ તો માત્ર મનુષ્ય.

જાતના મોટા ભાગ સંબંધી વિચાર કરે છે. તેમ છતાં એ ઘાટ રાખવું જોઈએ કે મોટા ભાગ હમેશાં 'સાચે' માર્ગે જ હોય છે એમ નથી. જો કે આપણે જાણીએ છીએ કે પોણેમો ટકા માણસો સાચું નથી જોલતા, તો પણ જૂઠાના ઉપર તત્વજ્ઞાન લખવું, અને તે-રીતે જૂઠાને અનુમોદન આપવું યોગ્ય ગણ્યતા નથી. જુદાં વિષે લખવાનો આરંભ કર્યા પહેલાં માણસે જુદું જોલવું જોઈએ કે નહિ એ પહેલું નિર્ણય કરવાનું છે.

આર્થશાળાના વિચારો અને તેનો ટુકો ખુલાસો છઠ્ઠી નીચે પ્રમાણે આપે છે:—

“તૃષ્ટ્યાઓની વૃદ્ધિથી પૈસા અને પેદાશમાં વધારો થવાનો એમ કથુબ રાખીએ, તો પણ શું એમ નથી સાગવું કે કુદરત માણસને સુખ બનાવે છે ? કારણ કે દરેક તૃષ્ટ્યાની તૃપ્તિ સાચે ખીજી તૃષ્ટ્યા તુરત જ તેની જગ્યા લે છે. ત્યારે શું એ સત્ય નથી કે મનુષ્ય નિરંતર દુરને દુર બાસતા મગમગની પાછળ પડેલ છે અને કોઈ દિવસ નિર્વાણ પ્રાપ્ત કરવાને શક્તિવાન નથી ?.....પરંપર આપણે છેતરાઈ જવાનું નથી.....આ તૃષ્ટ્યા એવી પ્રતિજ્ઞા ઉપર સ્થિત છે કે તેનો એટલા માટે જ ત્યાગ કરવો કે જેથી ઉત્કૃષ્ટતર તૃષ્ટ્યાઓ તેની જગ્યા લે. કારણ કે જો આપણે તેમનો પરિવાગ કરીએ અને તેની જગ્યા ખાલી રાખીએ તો તેનો અર્થ તો મનુષ્યના સામાજિક જીવનનો પરજીવનમાં અધઃપાત સમજવો.” ઉત્કૃષ્ટતર ઇચ્છાઓ એટલે શું ? રેસગાડીની તૃષ્ટ્યા તૃપ્ત થાય ત્યારે હવાઈ વિમાનની તૃષ્ટ્યા શું ઉત્કૃષ્ટતર ? પુરશીની તૃષ્ટ્યા તૃપ્ત થાય એટલે શું મોશની તૃષ્ટ્યા ઉત્કૃષ્ટતર ? ભૌતિક દૈનિકીથી તે ઉત્કૃષ્ટતર બાસે. પરંતુ આત્માને કાળે તો સર્વ તૃષ્ટ્યાઓનો ત્યાગ આવશ્યક છે. તેમનું સ્થાન અન્ય કોઈ જાતની તૃષ્ટ્યાઓથી નહિ, પરંતુ સત્ય, અવિનાશી આનંદથી શોભશે. આવા સમિધાનનંદની પ્રાપ્તિ એ જ નિર્વાણ, એ જ મોક્ષ. જ્યારે તૃષ્ટ્યાઓની વિક્ષિપ્ત થાય છે, ત્યારે જ મનુષ્યનો પરજીવનમાં અધઃપાત થાય છે, તૃષ્ટ્યાના અભાવથી થતો નથી. છઠ્ઠા આગળ લખે છે કે દરેક નેવી ઇચ્છા એક નવું સામાજિક બંધન બાંધે છે. ખીજાની વાદ્યથી જ આપણે આપણી તૃષ્ટ્યા તૃપ્ત કરી શકીએ છીએ, અને આથી એમ-ભાવ વૃદ્ધિગત થાય છે. પરંતુ વરતુતઃ આપણે જોઈએ છીએ કે તૃષ્ટ્યાઓની તૃપ્તિની દોડ-ધામમાં સહકારિતાને જાહેર કૃદ સ્પર્ધાભાવ ઉત્પન્ન થાય છે. નોર્મન એન્જલ જેવા કેટલાક વિચારકો એવી ધારણામાં ખુશી થતા કે બ્યાપાર અને બેકેટમાં પરસ્પરના સંબંધથી જોડાયેલી પ્રજાઓ માટે એક ખીજાના વિનાશાર્થ વિગ્રહમાં ઉતરવું અશક્ય બનશે. હાલની લડાઈએ સાબીત કરી આપ્યું છે કે તેઓ ભૂલાવમાં હતા. કાર્લોષલ આવા વિચારના ઉગ્ગ-છગાપણા માટે પોતાનો ધિકાર જતાવતો. તે કહે છે કે અર્થ માટેની સમાપ્ત પ્રગતિ એ કાંઈ માનવી બંધન નથી. અત્યારે આપણે ચિંતાનો વિનિપાત જોઈએ છીએ.

જાઝામાં જાઝા, માણસોનું વધારમાં વધારે સાઈ કેમ થાય તે વિશે ધણી જગ્યાએ વિચાર કરવામાં આવે છે. પરંતુ સાઈ કેને કહેવું, તેનો અભ્યાસ જોઈએ તેવી કરવામાં આવતો નથી. જે અકસ્માતો ઉપર વ્યક્તિનું ભૌતિક સુખ પણ આધાર રાખે છે, તે અકસ્માતોની નિયંત્રિતા અવાગ્ય શક્તિ-અવચિત અર્થશાસ્ત્રની રંગભૂમિ ઉપર પગ પાથ મુકતી નથી. ખર્ચ સાચું સુખ શું છે એ સંબંધી વિવેચન વિષયની જાહેર રહે છે. આ લેખકો એમ ધારતા હોય એમ જણાય છે કે પ્રાર્થિત યતાર્જ માયા સ્ટીટ જનની ચળકતી વસ્તુઓ અને બાલ આનંદોનો મોટામાં મોટો જર્યો મનુષ્યોની મોટામાં મોટી સંખ્યાને જ્યારે તેઓ આપી શકે છે, ત્યારે ત્યારે તેઓ વસ્તુમાં વસ્તુ માણસોનું બંધુ કરી શકે છે. તેઓ એમ ધારતા

જાણાય છે કે સોનું એ એક એવી વિદ્યુત જેવી શક્તિ છે કે તેનાં જુદી જુદી જાતનાં સુખોમાં રૂપાંતર થઈ શકે છે. હું કણુલ કદે હું કે પેસા વ્યક્તિની પરિસ્થિતિમાં અદ્ય ફેરફાર કરવાને મદદગાર છે, અને તે વડે માણસ થોડે અંશે પોતાની પરિસ્થિતિ એવી બનાવી શકે કે જેથી સુખનાં પોતાનાં અપ્પાલ પ્રમાણે તેટલે અંશે પોતે સુખી થઈ શકે. પરંતુ જાણ સંયોગો તથા વસ્તુઓ અપરિમિત શક્તિવાળાં બનેલાં પ્રેરાય છે તથા નિયોજ્ય છે, અને તેમના ઉપર પેસાની શક્તિની અસર સરળામણીમાં ઘણી અદ્ય થાય છે. એ બધું જ્યારે ધ્યાનમાં લઈએ છીએ ત્યારે પેસા સંબંધી વિવેચનની ઘણી થોડી જરૂર જણાય છે. તમારે તમાગ આત્માનેજ સુધારવાનો છે કે જેથી તે પોતામાંજ રમતાં શીખે.

પરંતુ અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે તેઓ જાણ વસ્તુથી મળતા એકજ જાતના સુખ વિશે વિચાર કરે છે અને તે સુખ નશ્વર છે તથા ખોટું છે કે નહિ એ સંબંધી ખ્યાલ બાંધ્યા વિના તેઓ તે ઉપર લખે છે, કારણ કે માનવ જાતનો મોટો ભાગ તેને સાચું સુખ માને છે. પરંતુ તેઓ યાદ લાવતા નથી કે મોટો ભાગ તો હલકી પશુવૃત્તિઓમાં રચ્યો પડ્યો રહે છે. શેક્સપીયરના મેક્બેથના નાટકમાં એક ચાલાક નાનો છોકરો દરનાથી કહે છે તે ઉપર તેઓ વિચાર કરવા ઉભા રહેતા નથી:—“ત્યારે તો જુદું” બોલનારા અને સોગન ખાનારા મૂખો છે, કારણ કે જુદું” બોલનારા અને સોગન ખાનારા એટલા બધા છે કે તમામ પ્રામાણિક માણસોને તેઓ મારીને ઢાંસીએ દઈ શકે.” મોટો ભાગ પશુ વારંવાર ખોટું રસ્તે ચડી જાય છે, તેટલા માટે તત્વજ્ઞાનથી તેને તે ખોટા રસ્તામાં પ્રેરવો એ બાજબી નથી. તત્વજ્ઞાનનું કામ તો ઉલટું તેને સાચું રસ્તે આણવાનું છે. શિક્ષા કરવા સિવાયનું બિજું કોઈ જુદાણાનું તત્વજ્ઞાન હોવું ન જોઈએ. તેવીજ રીતે શિક્ષા કરવા સિવાયનું બીજું કોઈ જાતનું તત્વજ્ઞાન તૃણાઓ અને સ્થિતિજન્ય સુખનું હોવું ન જોઈએ. ફેર માત્ર એટલોજ કે તૃણાઓનો જ્વર ચડાવવો અને પરિસ્થિતિ ઉપર સુખનો આધાર રાખવો એ જુદું” બોલવા કરતાં ઓછું દોષપાત્ર છે. માટે એકને બે ચપ્પીપ્રહાર તો ખીજને કદું ઉપાશ્વં બપ્રહાર જોઈએ.

મતલબમાં, મને એમ લાગે છે કે પ્રાચીન આર્યોનું તત્વજ્ઞાન જેવી રીતે અંતરમાં જતાં મન અને વાણીનો વિષય મટી જાય છે તેવી રીતે પ્રાચીન તત્વજ્ઞાનનો આરંભમાંજ અન્યકર્તાઈ હોય છે. પ્રાચીન તત્વજ્ઞાન મૂળ આશયના અસ્પષ્ટ ખ્યાલથી શરૂઆત કરે છે. જ્યારે આર્ય તત્વજ્ઞાનનો અંત ખીજ વિચારોમાં આવે છે કે જેનું વિશેષ વિતરણ અસકય થાય છે. સાદરના ગળપણ સુધી વિવાદ આબ્યા પછી તે ગળપણનો ખ્યાલ નથી આપી શકતો, તેમજ આર્ય શાસ્ત્રો અંતમાં માત્ર પ્રતિજ્ઞાજેય બને છે. તેઓ જેના ઉપર પ્રમાણ રચે છે એમ જ્યારે પ્રાચીન વિચારકને પુછવામાં આવે છે ત્યારે તેઓ જવાબ આપે છે કે પાંચો ખીજ મજુરોથી થોડે છેટે નાંખવામાં આવે છે, અને તેઓને તેમની સાથે કંઈ સંબંધ નથી. તેઓ તો માન સોંધી વસ્તુઓથી લીસી ઉછી દીવાલોવાળું, છુટી જવાની પાડારીઓવાળું અને માથે ગચાવ માટે છાપરાવાળું મકાન અણવના છે. અને પછી વેચાતું લેનાર માણસ મજુરોની ખીજ કંપનીથી રચવામાં આવેલાં કોઈ ખીજ પાયા ઉપર તે મકાનને મુકશે. એથી ઉલટું આર્યોએ જેવી રીતે મનુષ્યજનન યુક્તું છે તેવી રીતે તત્વજ્ઞાનને પણ યુક્તિને તેનું એક દક્ષ મનાયું છે. તેની શાખાઓ આકાશગામી છે અને રત્નમાં અંત-

ધર્મન થાય છે. તેનાં મૂળામાં મનુષ્યમાં રહેલા હિંસા ચેતનગાનની ભૂમિ ધાવે છે. તે અસ્વસ્થ વૃક્ષ જેવું છે.

હું પોતે એમ માનું છું કે એકદેશીય તત્ત્વજ્ઞાન જીવનવિજ્ઞાન થઇ શકે નહિ. તેમાં સારું અને ખરાબ એ બે ઝાંખું અને ઝોપું ઝાંખું, ઝાંખું અને વધારે ઝાંખું એમ જણાય છે, પણ ધર્મના બહોળા પ્રકાર વિના સર્વજ્ઞા રંગો દૃષ્ટિગોચર થતા નથી. માત્ર જ્યારે ધર્મને પોતાનાં કિરણો ફેંક્યા અવકાશ મળે છે ત્યારેજ આપણે જાણી શકીએ છીએ કે ધોળા અને કાળા એ બેજ રંગ સિવાય અન્ય ધણા છે. નિકોલમન પણ કલુષ કરે છે કે એકદેશીય જનાવવાનો સવાસ ધણો વિરાદચરત છે. તોપણ ગમે તેમ કરી તે તેને પડતો મુકે છે.

યોગ્ય પ્રતિજ્ઞાઓ લઇ કોઇ પણ જાતનું તત્ત્વજ્ઞાન આરંભી વિસ્તારી શકાય. પણ જો પ્રતિજ્ઞાઓ પોતે જ જીવનકૂદેસ ઉપર આધાર રાખતી ન હોય તો જીવન અભ્યાસક્રમે તત્ત્વજ્ઞાન ગચ્છિત ગ્રેટલુંજ નિરૂપયોગી થઈ પડશે. જો પ્રતિજ્ઞા ખરેખર સાચી છે કે નહિ એ જાણવા માગતા હોઇએ તો ખજોળમાં દરવામાં આવે છે તેમ તેમાંથી નીકળી આવતા નિર્ણયોને આપણા ઉમેશના અનુભવમાં આણી જોઇ પારખી જોવા જોઇએ.

આપણે આ રીત અર્થશાસ્ત્રમાં લાગુ પાડીએ. પહેલો સિદ્ધાંત માર્શલ એ કહે છે “દરિદ્રોનો વિનાશ દરિદ્રતા છે.” શું આ સાચું છે? લેખક પોતે જ કલુષ કરે છે કે તેઓની જીંદગી કાંઈ ખામ કરીને દુઃખી હોતી નથી, અને નિષ્પક્ષપાતી દેખાઇ ને કહે છે કે “પ્રભુના અને મનુષ્યના પ્રેમમાં મગ્ન રહી, અને કદાચ કોઈ ઉત્કૃષ્ટ ભાવનવાળા હોઇને, તેઓ એવાં જીવન ગાળી શકે કે જે ખીન વધારે ધનવાળાના જીવન કરતાં ધણી ઓછી ન્યૂનતાવાળાં હોય.” તેમ છતાં તેઓની મરીયાઈ તેના મનને એક મોઢું અને ચોખું દુઃખ ભારે છે. તે વળી વધારે ચોક્કમ રીતે કહે છે કે જ્યારે તેઓ સાજા હોય છે ત્યારે પણ તેમનો પરિશ્રમ તેમને દુઃખક વધ પડે છે. હા પરિશ્રમ દુઃખક શા માટે થયો જોઇએ? જો તેઓને તૃષ્ણાનો જ્વર ચડ્યો નહિ હોય તો તેઓને તેને શાંત કરવા ગળ ઉપરવડ કામ કરવું નહિ પડે. પેટપુરનું અનાજ કોઇને પ્રભુ આપ્યા વિના રહેતો જ નથી. તેઓને દુઃખના અને કષ્ટેશના પણ ધણા થોડા પ્રસંગ આવશે કારણ કે એ તૃષ્ણાનો નાશ થયો હશે, તો તૃષ્ણા પાછળની દોડધામમાં તેમને પ્રતિધાન પણ સહન કરવા નહિ પડે. તેઓએ શા માટે “હૃદયી વધારે કામ કરવું” જોઇએ, અને પરિશ્રમ, ચિન્તા વગેરે હોવા છતાં શાન્તિ કે અવકાશ વિના કામ દસરડે જવું પડે?” જે પ્રમાણે વિદ્વાન માણસોના શરીર ખીનકેળવાઓમાં રહી જાય છે, તેમ કદાચ તેમનાં મગજ પૈસા વિના ન મળતી કેળવણી વિનાનાં રહી જાય. પરંતુ તૃષ્ણાનો અભાવ તેમના આત્માને ઉત્તમ રથાને રાખવાનો. સર્વ પરિસ્થિતિમાં એક મરણી રીતે તૃષ્ણારહિત વ્યયમાં આનંદ સાચવે આગી રહેનાનો.

આજો પાશ્ચાત્ય સુધારો નથી અને વધતી જતી ગરૂરીઆતને ઉમ્મત કરવાનાં ઉદ્દેશ ઉપર આગળ ચાલે છે. અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે કે તે એક સુધારાનો સારો ચાર્જ છે. જે તૃષ્ણાના સમૂળ પ્રવેશને નિર્મીલુ અને અપવર્ગના એકજ સાધનભૂત આર્થ અને છુદ્દ શાઓએ માન્યો છે, તેનો વિચાર પાશ્ચાત્ય વિચારકને આકર્ષતો નથી. પણ એમ જણાય છે કે કહેવાના આનંદો આધુનિક સુધારો અનર્ગલ મુલ્ય કરતાં બાજુ નીકળે. ઉપર વધારે ધ્યાન

આપે છે. યુરોપવાસીઓએ અર્થશાસ્ત્રના નિયમ પ્રમાણે જરૂરીઆતો વધારવા માંડી, અને તેમને મેળવવા માટે તેઓને શક્તિની જરૂર પડી. શરીરમાંની શક્તિ ઉપરાંત શક્તિ મેળવવા તેમણે કુદરત પાસે મદદ માગી. પરિણામ યંત્ર ઉપાસનામાં આવ્યું. યંત્ર ઉપાસના ઉદ્ભવ તથા વિગ્રહના જુસ્સાનું ઉદ્ભવમર્યાદા છે. ઉદ્યોગના જુસ્સાથી અત્યારનો આલોચિત વિચાર નજીક આવ્યો અને વિગ્રહના જુસ્સાથી તે તુટી પડ્યો. જનને બાળુએ રાક્ષસી સાહિત્યો ખાંડી રાખવામાં આવ્યા હતાં. અને જડ વસ્તુઓના જ નેર જુસ્સાથી યુરોપ જંગલીપણામાં ધસ-હાધ ગયું છે. આ ઉપરથી પ્રતીત થાય છે કે તૃષ્ણાની પાછળની દોડમાં મનુષ્યનો બેસો મોડો અધઃપાત થવાનો સંભવ રહે છે.

યુરોપનું સુધરેલું સ્થૂળ ક્ષેત્ર એકાએક જુદા આકારમાં વધી ગયું. કૃત્રિમ અને યાંત્રિક અવયવોથી ન્યુનતા પુરાઈ. પરંતુ સ્વાભાવિક રીતે જ શારીરિક ઉત્કર્ષમાં આત્મીકર્ષ ભૂલી જવાયો. ટુંકામાં પાશ્ચાત્ય વિચાર પ્રમાણે સુધારાનો અર્થ એવો થાય છે કે મન અને આત્માનો શુદ્ધિમાં ધોરા કરવો, અને ક્ષેત્રને કુલાવીને એક મોટો યાંત્રિક તથા કૃત્રિમ ગોળો બનાવવો. ખીજી બાજુ જોઈએ તો જણાય છે કે આર્યોને યંત્રમાં જડ કરી નાખવાની શક્તિ છે તેના ખ્યાલ હતા. તેઓ હજારો વર્ષોથી યંત્રોપવિત પહેરતા આવ્યા છે, છતાં તે બનાવવાની જરૂરી-આત માટે કંઈ સંચો ગોત્રો નહિ, એટલું જ નહિ પણ હાથથી જ વણેલ સૂત્ર હોતું જોઈએ એવું શાસન કર્યું. દેવોપાસન માટેના પાટલામાં લોહના ખીસાનો ઉપયોગ કરવાની મનાઈ કરી.

ઉવટમાં ખોટા ખ્યાલો અટકાવા માટે મારે કહેવું જોઈએ કે જે ઉચ્ચ આશય ઉપર મેં વારંવાર ભાર મુક્યો છે તે મણો દુર્લભ છે, જેની તૃષ્ણાઓને બદલે સમિચકાનદે વાસો કર્યો હોય એવો માણસ તો જવડેજ મળે છે. પરંતુ તેમ જ અર્થશાસ્ત્રના સિદ્ધાંતોનું પણ છે. તેઓ ધણી વખત આચારમાં મુકતાં ખોટા પડે છે. ત્યારે આપણે લોકોની દૃષ્ટિ આગળ સ્થૂળ અને જડ આદેશો કરતાં વધારે સૂક્ષ્મ અને આધ્યાત્મિક આદેશો શું દામ ન રાખવી? ખરેખર આ આધ્યાત્મિક આદેશો જો ખોટી રીતે સમજાય તો આગસુ બનાવવાની પ્રકૃતિ-વાળા છે. કારણ કે તૃષ્ણા ન રાખવાથી લોકો એમ સમજે છે કે તેઓએ તેમના હમેશના કામમાં પણ તંદ્રિત રહેવાય તો પણ કંઈ ખોટું નથી. અને આ આદેશ જો કે મનુષ્ય જાતને મજાલ ઉત્તમમાં ઉત્તમ આદેશ છે, તો પણ તે આર્થ જીવનનો નાશકેતુ થઈ પડ્યો છે. સંસ્કારી ઋષિમુનિઓનો જન્મનો વિલા પછી હિન્દુસ્થાનના લોકો તેનો અર્થ આલસ્યમાં કરવા લાગ્યા. અને પરિણામે તેઓ એક પછી એક એમ ધણાજ તેના ભોગ થઈ પડ્યા. અંગ્રિજો એકાએક અને વખતસર આવી પહેંચ્યા ન હોત તો તેઓ મૂળ જંગલીપણામાં આવી ઉભા રહ્યા હોત. પરંતુ અંગ્રિજોએ પોતાની સાથે જે પાશ્ચાત્ય વિચારો આપ્યા છે તેનાથી આપણી તન્દ્રા હટી છે તો પછી આપણે આપણા રોગમાંથી મુક્ત થઈ આપણા મૂળ આદેશ તરફ ફરીથી પ્રયાણ કેમ ન કરવું? અને કયોમાં મગન રહી તેનાથી લેવાય વિના મનને અને આત્માને શાંતિમાં રાખવા કેમ પ્રયાસ ન કરે? શરીરની પ્રવૃત્તિ તથા મનની સ્વસ્થતા એ બે દંડો એકત્ર કેવી રીતે રહી શકે એ સવાલ છે કે તેનો ખુલાસો કાઢવું વિવેચનથી યથાર્થ થઈ શકે નહિ. એ પ્રશ્નનું મનન તો વિશુદ્ધ બાવથી કરનામાં આવશે તો તેનું ચિતરવું આ-મામાં પ્રમાણિત થશે. તે મન તથા વાણીના નિયમ નથી.

# ધન્વન્તરિ.

## SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરામૃતપૂર્ણકુસ્મં પીતામ્બરં સકલસિદ્ધસુરેન્દ્રવંદ્યમ્ ॥

વન્દેરવિદનયનં મણિમાલ્યમાયુર્વેદઃપ્રવર્તકમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

દાયાળા અમૃતથી ભરેલો કુંભ ધારણ કરી રહેલા, પીળા વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખા નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને વળી ભેમતા નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગ માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કર છું

"Mens sana in corpore sano" "પહેલું મુખ તે જાતે નર્થા."

પુસ્તક ૧૧ અં. ]

ઓગસ્ટ. ૧૯૧૮.

[ અંક ૮ મો.

## Fasting.

### A Panacea ; or The Grand Restorative.

Welcome to Baia's streams, ye sons of spleen,  
Who rove from spa to spa—to shift the scene.  
While round the streaming fount you idly throng,  
Come, learn a wholesome secret from my song.  
Ye fair, whose roses feel th' approaching frost,  
And drops supply the place of spirits lost.  
Ye squires, who rack'd with gouts, at heav'n repine,  
Condemn'd to water for excess in wine.  
Ye sporty cits, so corpulent and full:  
Who eat and drink till appetite grows dull:  
For whets and bitters then unstring the purse,  
Whilst nature more oppress grows worse and worse :  
Dupes to the craft of pill-prescribing leeches.  
You nod or laugh at what the parson preaches :  
Hear then a rhyming-quack, who spurns your wealth,  
-And gratis gives a sure receipt for health.



No more thus vainly rove ov'r sea and land,  
 When, lo! a sovereign remedy's at hand;  
 'Tis temperance—stale cant!—'Tis fasting then;  
 Heaven's antidote against the sins of men.  
 Foul luxury's the cause of all your pain:  
 To scour th' obstructed glands, abstain! abstain!  
 Fast and take rest, ye candidates for sleep,  
 Who from high food tormenting vigils keep:  
 Fast and be fat—thou starv'ling in a gown;  
 Ye bloated, fast—'twill surely bring you down.  
 Ye nymphs that pine o'er chocolate and rolls,  
 Hence, take fresh bloom, fresh vigour to your souls.  
 Fast and fear not—you'll need no drop nor pill:  
 Hunger may starve, excess is sure to kill.

—GRAVES.

## બહુકળી નામની, જંગલની જડી બુટી અને તેના ગુણદોષ.

( લેખક:—ડાક્ટર પી. માતીવાલા. સહયદ્યુર, ચોદી રોડ, સુરત. )

જાનના લેખનું નામ બહુકળી એમ કહેવામાં આવે છે. આ લેખ લખતાં મારે સહેજ જણાવવું જોઈએ કે અધિપતિ માહેબનો ઉપકાર માનવાની દૃઢ ખાસ જરૂર જોઈ છે. મધ વખતે અધિપતિએ પોતાનાજ નામે દેશે. જે તેથી દરી દરી એ બરેબર મનન કરના ચોગ્ય હતી. તેનાથી મને બહુજ ફાયદો થઈ પડ્યો હતો. કારણ કે કાઈક બાઈબિયો અનેક તરેહના વિચિત્ર સવાલ જવાબ પુછીને હમારા વખતનો તેમજ પોરતનો નકામો કંટાળા-બરેશો ખરચ કરાવતા હતા તેમાંથી જામને ઘણીજ રાહત મળી છે. અને હમો હમારા વાંચકો આગળ અરજ ગુજરીએ છીએ કે તમારે ખાસ કામદાજ હોય તો હમારો વખત લેવો પણ નકામો પત્ર લખી હમને સલાવશે તો હમો તેના પત્રને કચરાની ટાપવીને સ્વા-પીન કરીશું. જંગલની જડીબુટી વિશે લખવાને અમે હમારા વિષય ઉપર આવીએ છીએ. એ જડીબુટીનું નામ બહુકળી છે અને એની પેદાશ પણ આપણા ગુજરાતમાં ઘણી થાય છે. પણ તે ખનતાં લગી ચોમાસામાંજ હોય છે. અથવા તો જ્યાં જાગે માસ જગ્યા બીની હોય ત્યાંજ બહુ જોય છે, પણ ઉનાળે મળતી મુશ્કેલ થઈ પડે છે. તેની શાખા ઘણીજ હોય છે, તેથી તે જમીન ઉપર પથ્થરવાળી હોય છે. એનું મૂળ આંગળી જેટલું જડું હોય છે. પ્રથમ થાય છે ત્યારે તેનો રંગ લીલો પાછળથી જરૂર પીળાસ લેતાં છેવટે તેનો રંગ ભુરાસ લેતો થઈ જાય છે. એનાં પાતરાં લખેલાં આકારનાં હોય છે. એનાં ફુલ હોળાં બીજાં

પનાં રહે છે. પણ તે પાછળથી ઉધરે છે. એને શીંગ ઉગે છે તે તુવેરની ચીંગને મળતીજ આવે છે. પણ તે શીંગ નાની અને જડી હોય છે જ્યારે આ શીંગ મોટી અને સાંખી આશરે બે એક ઇંચ જેટલી થાય છે અને પ્રથમ જરા પીળાશ લેતા રંગની અને પાછળથી તે સૂકાઇને ભુરાશ લેતા રંગની થઇ જાય છે. એના આંખો છોડો છપ્પોગામાં આવે છે. આ બહુશીના છોડો અતિ ઉપયોગી છે. તેમાં સ્ત્રીઓને માટે તો હું જેટલી તારીફ કરું તેટલી થોડી છે. તેમાં અકસર કરીને એના ખરેખરા શુભુ ધાતુપૌષ્ટિક હોવાથી ધાતુ વિકારના દરેક દરેક રોગ ઉપર અકસીરમાં અકસીર ચીજ છે. વળી પાછી પૌષ્ટિક છે એટલે શકિતને-માટે પણ એ બહુ ઉપયોગી ચીજ છે. અને વળી પાછી મોઢી અને મુતલ છે અને ચીર શુષ્કારી એટલે એના શુભો હંમેશાં યદી રહે છે.

જે રોગ ઉપર એને આપી હોય અને એનાથી જે રોગો સારા થાય છે તે રોગોના ઉપાદ્રુ દ્રી થવાનો સંભવ રહેતો નથી. ગરમીના રોગમાં સખત તથુખ માટે છે ત્યારે બહુશી અરધો તોલો લઇ તેમાં જરા સોડા બાઇ કાર્બોનેટ નાંખીને પાઇ દીધી હોય તો દરદીને તેજ વખત જહુની માફક અસર કરે છે. તનખ વેદના વગેરે બંધ પડી છુટી પેસાળ તેજ વખતે થાય છે. એ ગ્રાહી છે એટલે એની સાથે ગ્રાહો થાય તેવી દવાનો ઉપયોગ કરવો જોઇએ. જે સુકી મળે તો (બહુશી) તોલા ૪ ચાર લેવી તેજ સાથે ત્રિક્ષા (હરડા ખેડ અને આમળા) ચાર તોલા લેવાં. એ સંચેને બારીકમાં બારીક ખાંડી નાંખી તેમાંથી રોજ અરધો તોલો લઇ સવાર સાંજ જરા સાકરના પાણીમાં પીએ તો ગમે તેવો ધાતુઆવ પીસાજની અગત્ય, તનખ, વગેરે રોગો સારા થાય છે. તેમાં સ્ત્રીઓને પ્રદર રોગ થાય છે તેને માટે આપણે એમજ કહેવું જોઇએ કે સ્ત્રીઓના પ્રદર રોગ, રક્ત પ્રદર રોગ (લોહીવા) વીર્યઆવ, પેસાજની બળતરા વગેરે વગેરેને માટે ઉપવી બહુશી જાણે સ્ત્રીઓનાં પેશાબ દ્વારા તરીકે કુદરતે પેશ દ્રી નહીં હોય તેમજ કહેશે તો આવશે. જે બહુશી તાઝ મળે તો બહુશી એક તોલો લેવી જો તેમાં જરા સાકર વાડીને નાંખી તેના રસ કાઢી આશરે તોલો સવારે અને આશરે તોલો સાંજે એમ પીએ તો ગમે તેવો પ્રદરોગ સારો થાય છે. ધનુષાગરા યાકરેશ કહે છે કે રોગની દવા કાંઈ નિયમ નથી અને તેથી કરીને ઘણી સ્ત્રીઓ ઉપલા પ્રદર રોગને લીધે ઘણીબરી પીડાય છે. હજો મજા-શુભીથી કહીએ છીએ કે મોઢાઓએ ને બહેનોએ જરૂર ઉપલો પ્રયોગ અનંગાવરોજ જોઇએ. જરૂર તે ક્ષતોદમદ નીવડશે. હાથ પમનો યુધારો, કમરનો દુખાવો, માથાની ચકરી, છાતીનો ધપકારો, આંખની બળતરા, આંખ વગેરેને માટે ઉપવી બહુશી એક અતિ ઉપયોગી છે પણ તેની સાથે-જરૂર ઉપલાં ત્રિક્ષાની કાઢી ચારી જોઇએ. ઉપવી ક્રિયા જે કોઈ માતાઓ અને બહેનો બચાવ હમાસ લખવા પ્રમાણે કરે તો તેના ઉપલા રોગોનો જરૂર નાશ થાય છે. પણ એટલું કે તેની સાથે ખરાસ લેવી જોઇએ નહો. અને તેની જાણ તેમજ ઉપયોગ બરોચર ખચર નહીં હોવાથી તેની બરોચર વપરાશ થતી નથી. પણ હુશીના લોહો અને ગામડાના ગમાર લોકો બળતણ તરીકે તેના ઉપયોગ કરે છે. એની પેશાસ કાઢીવાડા તેમજ પાંખખમાં ઘણી-થાય છે. હરડા ખેડ અને આમળા કે જોને ત્રીક્ષા કહે છે એ જાને સારક શોધક તેમજ શીતળ હોવાથી તે બહુશી સાથે એ બહુ ઉપયોગી થઇ પડે છે કારણ કે સારક એટલે ગ્રાહો લાવે છે, શીતળ એટલે થંડક કરે છે, અને શોધક એટલે શોધીને માફ કરે છે. આમજ નેજ વધારે છે, ક્રમ ઝીલ્લી હરે એક

લઘુ પછી તેને જરા પાણી પતી સાકરમાં ઘસે અને પછી તેનું દરરોજ અંગન કરે તો આંખની ગમે તેવી ઝાંખ, આંખનું કુલુ, આંખની લાલી, આંખનું ગંગનું વગેરે રોગો નાશ પડે. આંખનું તેજ વધે છે. ચામડી ખડખડી અને કાળી પડી ગઈ હોય અને ઉપદ્રા ત્રિફલોના ઉપયોગ ફક્ત એક મહીનો કરે તો તેની ચામડી સુંવાળી અને તેજસ્વી બને છે. સત્ર-હણી ઉપર પશુ બહુ ચુલ્કારક છે. ઉપલી ચીજ બેઆને-શેર મળે છે, અને શેર બે મહીના ચાલે છે. પિત્તજ્વર, કમળો, ઉપદ્રશ વગેરે રોગોનો નાશ થાય છે. જેને હમેશની કમળઆત અને રોજ જુલાખ લેવાની રૂપાંદ કરતો હોય, ખીચમ પીચસ, કાસકેરા સંઘાડા, એલેક, કેલેમેલ, મેગ્નેશીયમસોલ્ટ, વગેરે જુલાખ લઈ જે પુરુષ કંઠાઓ હોય તે ઉપર ચુરણ એક શેર ખંડાવી રોજ સવાર સાંજ ૧ તોલો દ'ઘ પાણી સાથે કાકે તો એક મહીનામાં તો એનું પરિણામ એવું તો જાણવું જોઈએ કે જે આંખની દવા અગ્રેજીમાં બે હજાર રૂપિયા જેટલી અંકાય. કમળઆત જતી રહે છે. જારે લોહી પડતું હોય, મરકાઈને ઝાડો થતો હોય વગેરે વગેરે દુર કરી સ્વચ્છ લોહી બનાવે છે. શરીર તેજદાર અને હલ પુષ્ટ બનાવે છે. અમે વળી સાથે સાથે એટલી પણ યાદ આપીએ છીએ કે જે બાંધેલાં સખત દારૂનો શોખ હોય અને જેને કમળઆતનો રોજ હોય તેને ઉપલી કાકી ખારીને રાતે સુત્રાથી જે રોગો થાય છે (જુએ મંદ પડી જાય છે, શરીર સુસ્ત પડી જાય છે, મગજ કામ કરી શકતું નથી.) તેને ઉપલી બેઆને શેરની ચીજ એક છંદગી પેદા કરી આપે છે. બહેદની જે અંદર મીજ છે તે જરા મીણો લાવે છે તે વીધે કાકર કે. આર. કીરતીકરે પોતાનાં પોષ-ઝનસ (પ્લાન્ટસ એન્ડ બોર્મો વોલ્યુમ ૧૮૯૬) માં લંબાણથી હકીકત આપી છે તે માટે બનતા લગી તેની છાલનો ઉપયોગ કરવો. અમે તો સગ્ર મીજનો ઉપયોગ કરીએ છે. કારણ કે તે કાંઈ મીજ એટલી બધી ઝેરી નથી. એ તો ઘણી ખાવામાં આવે તોજ તેનું લાવે છે ચામડીનો ગમે તેવો દાહ થતો હોય ત્યાં ત્રીફલોના લેપ કરીએ હોય તો દાહ, મડી જઈ દંડક વળે છે ત્રીફલોની સ્ત્રીઓને જે માસીક માંદગી અનીયમીત આવે છે તેને બરો-બર લાવે છે પણ સ્ત્રીઓએ તે સાથે બહુકાળ લેવી જોઈએ. ખાખરા ઝાડને તો સકે કાંઈ ઝાળખતા હશે કે જેનાં પડીયાં બાજુ વગેરે બને છે ( કે જે વીશે દુગ્ધો આગળ લેખ આપીયું ) છતીમાંથી લેહી પડતું હોય તો ઉપદ્રા ત્રીફલા, અને તેની સાથે ખાખરાનો ગુદર કે જેને ચુનીયો ગુદર અથવા તો કમરકસ કહેવામાં આવે છે તેની લુટી જે સાથે લેવામાં આવે તો તેથી સંઘઢણી, અતીકાર, છતીમાંથી પડતું લોહી વીગેરે સાફ થઈ જાય છે. ખાખરાની રાખમાં પોટાશનો ભાગ રહેલો છે. પલાયકક પીતપાપડો, નરોત્તર પુરસાથી અગ્નો, કપીચો અને વાવડીય તેને પાણીમાં વાટીને ગોળતી સાથે લુગદી કરી પછી જરા આપવાથી દરમ એની મેલે નીકળે છે. જુલખતી જરર રહેતી નથી. રતજલનીના ભાગ, મીધવ બે ભાગ, દરડે ત્રણ ભાગ અને ખાખરાનો ગુદર ચાર ભાગ, તેને ખારીક વાટીને લુટી કરવી. ઉપલી લુટીને જરા આંગળી ઉપર લઈ આંખમાં આંજવી, તેનાથી ગમે તેવી આંખની વેલ ગમે તેટલા વરસનું કુલુ વગેરે સાફ થાય છે. ખાખરાનાં બીને બાળી નાંખવું તેની સાથે જરા હાંગ મેળવવી અને રોજ તેનું મેવન ત્રીફલા સાથે કરે તો ગમે તેવું શરીર ફલી ગયું હોય, માસીક માંદગી બરોબર નહીં આવતી હોય, પીડીત આંખ હોય વીગેરે વીગેરે રોગો સાગ થઈ શરીર ખુબસુરત અને આસન પણ ન હવું તેનું કમન, જેનું બની જાય છે. પણ એમાં લગભગ બેઆની બાર દીગડસી મેળવવી જોઈએ. આ વીશે જરર

કોઈ યોગ્ય વૈદની સલાહ લેવી ઉચીત છે. હમારા મહાશયજી સુપરીક અને જાણીતા અને માનીતા થએલા વૈદ રૂમીયજી વગેરે ખાખરા વીશે એટલું બધું લ'ખાયુ જણાવે છે કે તે વીશે હમને વખત મળે યોગ્ય વખતે લેખ આગળ લખીયું. ખાખરાના ખીજને ( અંદર ઝુંબ ) બાળી તેની રાખ કરી પંજીથી તેમાંથી એકવાલ જે ચોખાનાં ધોવણુમાં રૂપના દીન ચાર બાકી રહેને તે જે આપવામાં આવે તો જરૂર ગર્ભ ન રહેતો હોય તો રહે છે. હમણાંજ મેં એવા બે કેશ અજમાવ્યા હતા તેમાં હું કુતેકમદ ઉતર્યો હતો. હમારા વૈદ બધુઓએ જરૂરજરૂર આ ચીજ અજમાવવી નેહએ એવું હમારૂં કહેવું છે તેમજ હમારા મહાશયજી એવું પણ કહેવું છે. પણ તે ચોખાનાં ધોવણુમાં આપવી નેહએ અને ઉપરથી સાચુ ચોખાની કાંજ આપવી નેહએ. ઉપથી ચીત્તે જે દોઝ સાથે આવે તો ગર્ભપાત થઈ જાય છે. જે કે આવી ચીત્તે બનાવવાથી અનેક બાધઓ એક પછસાને કાર્તુ લખી હમને જણાવે છે કે મહેરબાની કરી જરા સેપય મોકલી આપવો. પણ બાધઓ હમો આગળ પણ જણાવી ગયા છીએ તેમજ હમણા પણ જણાવીએ છીએ કે હમો કાંઈ પરમાર્થ કરવા બેઠા નથી. એ તો જાતેજ બનાવી લેવી એજ સાઈ છે અને હમારી પણ મન્યુત ભક્ષમણ છે જે કે હમારે ત્યાં ઉપલા દરેક સુરચો તથાપાર મલે છે પણ હમો પેટ તેમજ ખર્ચ લઈને બેઠેલાં હોવાથી તેની યોગ્ય કીમત લેવામાં આવે છે. માટે જાતેજ બનાવી લેવું સાઈ છે. હજી પણ એ વીશે ( ખાખરા ) હમો આગળ વર્ણન આપીયું તે ઉપર વાંચકોએ તૈયાર રહેવું જાઉએ.



## ધૂળમાંથી સોનું !



જગતના મનુષ્યોની સંખ્યા જેમજેમ વૃદ્ધિ પામતી જાય છે તેમ તેમ નરી નરી જરૂરીઆતો અને નવા નવા પ્રશ્નો ઉભા થયા વિના રહેતા નથી. છવન ટકાવી રાખવાને સૌ પ્રથમ અન્નની આવશ્યકતા મનુષ્યોને પડે છે. દેશમાં જેટલું અનાજ ઉત્પન્ન થતું હોય તેટલાથી દેશવાસી મનુષ્યોને યોગ્ય પોષણ મળી શકશે કે કેમ એ પ્રશ્ન વ્યવહાર કુશળ આગેવાનોના મગજમાં પ્રથમ ઉત્પન્ન થાય છે. તેઓ અન્ન સામગ્રીનો સરચોજો કરી દરેક મનુષ્યને તે ભાગે પડતી મળી શકશે કે કેમ તેના નિર્ણય કરે છે. હિસાબ કરી જોતાં જે તેઓને એમ લાગે કે દેશમાં જરાજર અનાજ ઉત્પન્ન થતું નથી અને તેથી દેશવાસી મનુષ્યોને પુરતા પ્રમાણમાં ખોરાક મળી શકતો નથી, તો પછી તેઓ પડતર જમીન સુધારવા તથા તેમાં અન્ન સામગ્રી ઉત્પન્નવા પ્રયત્નો કરે છે, થોડી જમીનમાં વધારે પાક કેવી રીતે ઉતારી શકાય તેના ઉપાયો શોધે છે. આટલું છતાં જે અનાજની ખોટ-દેશમાં રહ્યા કરતી હોય તો પછી તેઓ વિદેશમાંથી આવશ્યક વસ્તુઓ મંગાવી લેકોને પુરી પાડે છે. વિદેશમાંથી આવતી સામગ્રી પણ જે લોકોને માટે અપૂર્ણ જણાય તો વિદેશમાં જઈ ત્યાંજ સંસ્થાનો વસાવી રહેવાની વ્યવસ્થા કરવી પડે છે. મનલભ કે મનુષ્યજાતી ઉદર નિર્વાહની ચિંતામાંથી મુક્ત થવા સૌ પ્રથમ પ્રયત્ન કરે છે. વેપાર વધારે, વિદેશમાં જઈ સંસ્થાનો વસાવવાં, તથા પડતર જમીનોને ફળદ્રુપ બનાવવાં એ સર્વ ઉદરનિર્વાહની ચિંતામાંથી છૂટા થાને માર્ગ જાય છે.

પેટની કુધા શાંત કર્યા પછી મનુષ્યનું મન મોજશોખ, અથવા આરામ ભોગવવા આતૂર બને છે. પહેરવા-ઓઢવાના તથા ખાન-ખાંડીયાના અસાધારણ આરામ-વૈભવમાં પણ ભૂખ્યા તરસ્યા માણસો ક્લેશમાત્ર સુખ કે શાંતિ મેળવી શકતા નથી. આ વાત સર્વ કોષ્ટને અનુભવ સિદ્ધ હોવાથી વિસ્તારથી વર્ણવવાની જરૂર નથી. સુધારો જેમ જેમ વધતો જાય છે તેમ તેમ ભૂખ અને તરસની માફક ભોગ-વિલાસ અને મોજશોખની ઇચ્છા પણ વિશેષ પ્રબળ બનતી જાય છે. અત્યારે આપણે જોઈએ છીએ કે જેઓ પેટ પુરવાની ચિંતામાંથી થોડે ધણે અંશે મુક્ત હોય છે તેઓ ભોગવિલાસનાં સાક્ષિઓ વિના વધારે વખત રહી શકતા નથી. સુધરેલા જમાનામાં મનુષ્યોને ખાનપાન-તથા ભોગ-વિલાસનાં દ્રવ્યો એકી સાથેજ પ્રાપ્ત કરવા તરફડીઆં મારવાં પડે છે. વ્યાપાર વૃદ્ધિને લીધે તેમજ આગમી વગેરે યંત્રોની સગવડતાને લીધે વર્તમાનકાળે અન્ન સમંધી ચિંતા આપણને જાડું ભોગવવી પડતી નથી. અત્યારે પ્રાયઃ આખા જમાનાનું લક્ષ મોજ અને એકાઆરામ તરફ વિશેષભાવે વળેલું છે, એનાં પ્રમાણો આપી આ લેખ લખાવવાની ઇચ્છા નથી. એટલુંજ કહેવું બસ થશે કે પૂર્વે જે કુટુંબ માત્ર ૧૦-૧૫ રૂપીયાની નહંગી આવકથી આનંદ અને સતોષપૂર્વક રહી શકતું તેજ કુટુંબ પચાસ પોણેસો રૂપીયાની આવક પ્રાપ્ત થવા છતાં પણ ભાગ્યેજ આનંદ અથવા તૃપ્તિ અનુભવી શકતું હશે. વસ્તુઓની મેળવણીને લીધે આવી સ્થિતિ ઉભી થવા પામી છે એમ કહેવા કરતાં પ્રજાની આવશ્યકતાઓ જાડું બહાળા પ્રમાણમાં વધી પડી છે, પ્રજાનાં મોજશોખનાં સાધનો જાડું વધી પડ્યાં છે એમજ કહેવું વિશેષ ઉચિત છે. આપણે વર્તમાન યુગમાં એવી કૃતિમ જરૂરીયાતો પુરી પાડવા પ્રયત્નો મહોટા ભાગ અસંખ્ય મનુષ્યો—અસંખ્ય કારીગરો પુરી નિદ્રા તથા પુરી આહાર પણ લઈ શકતા નથી. જરૂરીયાતો બે પ્રકારની હોય છે. એક સ્વાભાવિક અને બીજી કૃત્રિમ. આપણી સ્વાભાવિક જરૂરીયાતો પુરી પાડવા કુદરત પોતેજ અહોનિશ પ્રયત્નશીલ રહ્યાં કરે છે. કૃત્રિમ જરૂરીયાતો તરફ તે મુદ્દલ લક્ષ આપતી નથી. ખાન-પાન-હવા-પ્રકાશ-ટાંક-તડકાં વસ્ત્રાદિ વગેરે વસ્તુઓ આપણે માટે અત્યાવશ્યક છે—અનિવાર્ય છે. એટલા માટે કુદરત પોતેજ તે આપણને પુરી પાડવા એક ક્ષણનો પણ વિરામ લીધા વિના પ્રયત્નો કર્યાં કરે છે. સ્વાભાવિક જરૂરીયાતો જેટલી રહેલાછથી પુરી પડે છે તેટલી રહેલાછથી કૃત્રિમ આવશ્યકતાઓ પુરી પડતી નથી, વનસ્પતી-સૂર્ય તથા હવા પાણી વગેરે તમને વિના માગે આવવા તત્પર રહે છે. પણ જો તમે એકાદ કોટ કે મોટરની કૃત્રિમ આવશ્યકતા ઉભી કરી, તે પ્રાપ્ત કરવા કુદરતની આગળ હાથ લંબાવો તો તમારે નિરાશાપૂર્વક પાછુંજ ફરવું પડે એમાં શક નથી. જમાનાની કૃત્રિમ જરૂરીયાતો પુરી પાડવાં યુરોપ અમેરીકામાં આજે હળતો કારખાનાઓ સતતદિવસ ધમધોકર ચાલી રહ્યાં છે, લાખો પુરૂષો તથા સ્ત્રીઓ ભોગવિલાસનાં સાક્ષિઓ ઉપજાવવાં વ્યય ચિત્તે કામદાન કરી રહ્યાં છે, મહોટા ચહેરેમાં લાખો મનુષ્યો કેવળ મોજ-શોખના સાધનો તૈયાર કરવા પાછળ પોતાનાં અમૂલ્ય હૃદયનું જાળીદાન આપી રહ્યાં છે. વૈમાનિકા પણ થોડાં અર્થ અને થોડાં શ્રમે ભોગ સામગ્રી કેવી રીતે વધારે ઉત્પન્ન કરી શકાય તેના વિચારો ચલાવી રહ્યાં છે.

વિગાનશાસ્ત્રીઓના આ બગીરથ પ્રયત્નો મનુષ્ય જાતિને કંઈ દિશામાં બેગી જશે તેની દૃષ્ટના ઘણું શક્તિ નથી. અલગત એથી કરીને જડવિગાનની અદ્ભૂત હિમતી ઘણું છે અને જડ વસ્તુઓના ઉપયોગની નવી દિશાઓ ઉઘડવા પામી છે તેનો સીકાર કર્યા વિના ચાલતું

નથી. પહેલાં જે વસ્તુઓને આપણે ઘરનેા કચરો માની દૂર ફેંકી દેતા તે વસ્તુઓમાંથી વર્તમાન વૈજ્ઞાનિકો વિવિધ પ્રકારની મુંઝર અને મોજાશોખની ચીજો તૈયાર કરવા લાગ્યા છે. વિજ્ઞાનના પ્રતાપે હવે ધુળ તથા કચરો પણ સોના જેટલો જ કીમતી ચક્ર પડ્યો છે. વિજ્ઞાનની મદદથી આવી અસંખ્યવિત વાન સંભવિત અને સમ્ય જનશે એનો આપણે ઘોડાં વર્ષો ઉપર ખીલકુલ ખ્યાલ સરખો પણ નહોતો કર્યો.

બીરકુટ, રીગારેટ તથા વિલાયતી દૂધ વિગેરે વસ્તુઓ જે ન્હાની ન્હાની પેટીઓમાં પૂક થઇને આપણા દેશમાં આવે છે તે પેટીઓ ખાલી થઇ ગયા પછી ધાણું કરીને જાળ કોના હાથમાં આપણે ચૂકીએ છીએ. પેટીઓ ઉપરનો મોઢ દૂર થયા પછી જાળકો તેને જ્યાં ત્યાં રખડતી ચૂકી ચાલ્યાં જાય છે. પછી તે વસ્તુઓ કાંતો ત્યાંની ત્યાંજ પડી રહી છાંય જાય છે અથવા તો ઉકેડા ભેગી થઇ માટીમાં માળી જાય છે. યુરોપમાં કોઇ પણ શુદ્ધચ કલાઇનાં આવાં પાત્રોને આવી રીતે દુરપયોગ થવા દેતો નથી. નક્કી થઇ પડેલી તે વસ્તુઓ ફેરીઓવાળા પાત્રોથી ચોખ્ખી થીમન લઇ આપી દે છે અને પછી કારીગર ભોકો તેમાંથી અનેક જાતનાં સુંદર રમકડાં તૈયાર કરે છે. કલાઇનાં જે ન્હાનાં-મોટાં રમકડાં વિલાયતથી અહીં આવે છે તે જ્યાં મોટે ભાગે કચરાઇ અને ધુંધાઇ ગયેલી કલાઇની પેટીઓમાંથીજ તૈયાર દરવાખાં આવેલાં હોય છે. કલાઇનાં જાતો પણ તેઓ તેમાંથીજ તૈયાર કરી દેશમાં મોકલે છે.

પગના જોડા ફાટી ગયા પછી આપણે તેને ફેંકી દીધા વિના ખીજ કશા ઉપયોગમાં લઇ શકતા નથી. યુરોપ અને અમેરિકામાં આપણી માફક કોઇ શુદ્ધચ એવી રીતે પોતાના જોડા ફેંકી દેતો નથી. એટલુંજ નહીં પણ આમકાને એક ન્હાનો સરખો પેકડો પણ નિરૂપયોગીપણે પડી રહેવા ન પામે એવા સાવચેતી રાખે છે. કારીગરો એવા ફાટી ગયેલા જોડામાંથી વિવિધ પ્રકારની વિલાયતી વસ્તુઓ તૈયાર કરે છે અને તે આપણે પરમ આનંદ તથા આદરપૂર્વક વાપરીએ છીએ. ઘરમાં એકાદ સીંચી કે ખાટલી કુટી જાય છે તો આપણે તે કુટીલી સીંચીના કાચના કકડા એવી સંભાળથી જળીનમાં ઉડા દાટી દઇએ છીએ કે ભવિષ્યના કોઇ શોધયોગ કરનારને પણ તેનો પત્તો મળ્યો શકેલ થઇ પડે. હિંદુસ્થાન સિવાયના અન્ય કોઇ દેશમાં કાચના કકડા એવી રીતે ફેંકી દેવાતા નથી. ફેરીઓવાળા શેરીએ શેરીએ અને ઘરે ઘરે ફરી એવા કકડાઓનો સંગ્રહ કરે છે અને યુજી એક પ્રકારની માટી તથા રેતી સાથે તેને ઝોમળાળી એવા કૃત્રિમ સુંદર પથ્થર તૈયાર કરે છે કે ધનિક શુદ્ધચો રોશિ હોગે તે વાયરના લલચાય છે. આ પરથી ઘરની શોખામાં અનેકમણો વધારો થાય છે.

મોટા મોટા સફેરો તથા મોગસઓમાં રોજ સેંકડો ગાયો, બેમો તથા બકરાઓ મરખ પામે છે. આપણે તે મૃત પશુઓના સર્ખે ફેંકવાં દઇએ છીએ, અથવા તો ગામથી દૂર મોટા ખાડાઓ કરી દયાવી દઇએ છીએ. ઘોડા વર્ષો પર યુરોપ અને અમેરિકાના પણ તેમજ કરતા દના. પરંતુ હવે તેઓ તેવી રીતે મૃત પશુઓનાં શરીરો નાખી દેતા નથી. મરેલાં જનવરોનાં હાડકા-આમકા તથા નાડીઓમાંથી અનેક પ્રકારની વસ્તુઓ તૈયાર કરે છે. દવાસળીમાં જે ફોસ્ફરસ નામનો પદાર્થ વાપરવામાં આવે છે તે મોટે ભાગે આ પ્રાણીઓના મૃત દેહમાંથીજ કઠાડી લેવામાં આવે છે. રસ્તા ઉપર કેટલીકગાર મળી આવતા રુઝ્કો તથા પોશનાં પગનાં નાખે પણ તેઓ ઉપયોગમાં લીધા વિના રહેતા નથી. રસ્તામાં

જહુ કઢાડતી વખતે જે કોઈ વસ્તુ મળી આવે તે તેઓ સંભાળપૂર્વક ઉપાડી લે છે અને એમાંથી તદ્દન નવીન પ્રકારની સુશોભિત વસ્તુઓ ઉપજાવી કઢાડે છે.

આપણે જ્યારે ચૂસો સળગાવીએ છીએ ત્યારે ધુમાડો થયા વિના રહેતો નથી. કારણ ખાનાઓમાં આવેા ધુમાડો મોટા પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થાય છે. ધુમાડાથી કોયલા અથવા લાકડાનો ઘણો ખરો ભાગ નકામો જાય છે. બળતણનો અંશ નકામો ન જાય એટલા માટે કારખાનાવાળાઓએ અનેક જાતની યુક્તિઓ શોધી કઢાડી છે. પરંતુ ચૂસાની અગ્નિને ધુમાડા વગરની કેવી રીતે બનાવવી તેનો ઉપાય તેઓ હજી નહીં કરી શક્યા નથી. ધુમાડો થતો એટલાવધા માટે અનેક પ્રયત્નો કરવા છતાં કારખાનાવાળા શહેરોમાં વાતાવરણ ધુમાડાથી છવાઈ જાય છે. લંડન અને બરમીંગહામ આદિ શહેરોમાં, કારખાનામાંથી નીકળતો ધુમાડો આકાશને એવો તો આવરી લે છે કે કેટલીકવાર તો ખરેખરે ખતી સળગાવ્યા વિના લખવા-વાચવાનું કામ કરવું મુશ્કેલ થઈ પડે છે. આ નિર્વેક જતા ધુમાડાનો કેવી રીતે સદુપયોગ કરી શકાય તેના પ્રયત્નમાં વૈજ્ઞાનિકો મગ્ન રહ્યા છે. અમેરિકામાં થોડો વખત થયાં એક પ્રકારનું એવું યંત્ર તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે કે તે યંત્રની મદદથી આકાશમાં છવાયેલો ધુમાડો એકત્ર કરી શકાય છે, વળી તે ધુમાડા પાસેથી એવું કામ લેવામાં આવે છે કે તે સળગીને આપણને અળખખી થયા વિના રહે નહીં. પરીક્ષા કરતાં એમ જણાય છે કે એક સો ગાડી લાકડામાંથી જે ધુમાડો ઉત્પન્ન થાય છે તે જે એક જ કરવામાં આવે તો દોઢસો મણ લાકડા એમીટેડ-(Acetate of Lime) તેમજ પત્તર-સોળ શેર કામર ખુશીથી તૈયાર કરી શકાય. અલ્કોહોલ બનાવવામાં જે જે વસ્તુઓની જરૂર પડે છે તે તમામ વસ્તુઓ ધુમાડામાંથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ઉપર સો ગાડી લાકડાનું જ પ્રમાણ આપવામાં આવ્યું છે. તેમાંથી ઉત્પન્ન થતા ધુમાડામાંથી જે અલ્કોહોલ બનાવવામાં આવે તો ગોળમાં ગોળો બને જોડન સ્પીરીટ તો મળ્યા વિના નજ રહે, પ્રકાશ અને આગને માટે આજકાલ સ્પીરીટની સુરેલી આવમને કેટલી જરૂર પડે છે એ વાત નવેસરથી કહેવાની જરૂર નથી. ધુમાડામાંથી સ્પીરીટ પેદા કરવામાં આવે તો તે કેટલો સસ્તો અને લાભકારક થઈ પડે તેનો ખ્યાલ વાંચકોએ જ કરી લેવો.

અતર, શુદ્ધાત્મ તેવ લવંડર વિગેરે સુગંધી દ્રવ્યો આજ સુધી કુઓમાંથી જ કાઢવામાં આવતાં હતાં હવે તે એક એવી વસ્તુમાંથી બનાવવામાં આવે છે કે વાયકો તે બજારને સાશ્વર્ય ખેદ પામશે કે સાશ્વર્ય આનંદ પામશે તે અમે જાણતા નથી. આપણને સર્વેને અતુલ્ય છે-ફળ-ફુલ વિગેરે જ્યારે કાઢાઈ જાય છે ત્યારે તેમાંથી ઉચ્ચ દુર્ગંધી નીકળ્યા વગર રહેતી નથી. આપણે તે સડી ગયેલી વસ્તુઓ જેમ અને તેમ વહેલી ઉઠાડી ગેંગી કરવાનું જ ધારીએ છીએ. જહુ જહુ તો લોકો તેનો ખેતરમાં ખાતર તરફ ઉપયોગ કરે છે. બાકી તે સીવાય એ પદાર્થોનો કશો ઉપયોગ આપણા દેશમાં થતો નથી. યુરોપ અને અમેરિકા આદિ દેશોમાં પણ કાઢાઈ ગયેલાં ફળો એજ પ્રમાણે પ્રથમ ફેંકી દેવામાં આવતાં હતાં. આજકાલ વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓએ તે દુર્ગંધમય પદાર્થોમાંથી દુર્ગંધ દૂર કરી વિવિધ પ્રકારનાં સુગંધી દ્રવ્યો તૈયાર કરવા માંડ્યા છે. તેમાં તેઓ એક પ્રકારની એવી સંદર સુગંધી ઉપજાવી કઢાડે છે કે જાણે તાજાં શુભાગના દગલામાંજ આપણે જેલ દોષએ જેવો જાસ થઈ આવે ! વિજ્ઞાનની એગેન્સી અને સુગંધી સાધુઓમાં મોટો બાને દુર્ગંધ દ્રવ્યોમાંથી ઉપજાવી કઢાડેલી ઉચ્ચ વસ્તુઓના જ ઉપયોગ થાય છે. કોયલામાંથી

ગ્યાસ તૈયાર કરતીવેળા કામર જેવો પદાર્થ ઉત્પન્ન થયા વગર રહેતો નથી. આ કામરનું શું કરવું તે વિષે ગ્યાસના કારખાનાવાળાઓએ ઘણા ઘણા વિચારો કરી જોયા. પરંતુ તેઓને આજ સુધી કંઈ ગમ પડી નહોતી. હાલમાં એવી શોધ કરવામાં આવી છે કે ગ્યાસમાંથી ઉત્પન્ન થતા કામરમાંથી ઉઘ ડુર્ગવ દૂર કરી શકાય છે અને પછી તેમાંથી કેટલીક સુગંધી પણ મેળવી શકાય છે. હવે તો કામરનું એક ટીપુ પણ નકામું જવું નથી.

લોદાની ખાણો ઘણા ખરા દેશોમાં હોય છે જ પરંતુ જે સ્થળે મોટા પ્રમાણમાં લોદું મળી શકવું હોય તે સ્થળે લોદાની ખાણો ખોદવામાં આવે છે. ખાણમાંથી નીકળેલું તાલું લોદું બહુ ઉપયોગી થતું નથી. તેની ઉપર બ્યારે અનેક જાતનાં સરકારો થાય છે. ત્યારેજ શુદ્ધ લોદું ખદાર આવે છે. શુદ્ધ લોદું તૈયાર કરતાં લોદાની સાથે જોડાયલા કેટલાક ખનિજ પદાર્થો છૂટા પડી જાય છે. આ પદાર્થોના મોટા મોટા ટગલા લોદાના કારખાનાઓ પાસે પ્રથમ જોવામાં આવતા. ટગલા બહુ વધી જાય ત્યારે ન છુટકે ગાર્ડ બાંહે કરી કારખાનાવાળા કેંદ્રની દેતા. હાલમાં તેમ થતું નથી. તે નકામો ગણાતો બાગ કારીગરો પૈસા આપી ખરીદી લે છે અને પછી તેમાંથી કાચ તથા સુંદર લાદી તૈયાર કરે છે. તે ઉપરાંત સેંકડે છ બાગ સુનો મેળવવાથી એક પ્રકારનો સીમેન્ટ પણ તૈયાર કરી શકાય છે.

કાચ, લોદાને ઓગાળતી વખતે તેમાંથી કેટલીક જાતના ગ્યાસો ઉત્પન્ન થાય છે. આ ગ્યાસોનો પ્રથમ કોઈ પણ પ્રકારનો ઉપયોગ કરવામાં આવતો નહેતો. હવે એ ગ્યાસોને બહુ ખૂબીથી એકત્ર કરી સજ્જાત્રવામાં આવે છે અને તેના તાપથી કોલસાનો ઘણો બચાવ થાય છે. જે મોટરો અથવા મોટરોના જેવી ખીજ ગાડીઓ સ્કીમના બળથી ચાલી શક્તી નથી તેમને મારે પેટ્રોલની ગ્યાસ વાપરવી પડે છે કારણકે એ ગ્યામની મદદથીજ મોટરો વિગેરે સારી રીતે દોડી શકે છે. પણ હવે જે દેશોમાં લોદાના કારખાનાઓ છે ત્યાં પેટ્રોલની ગ્યાસ બાગ્યેજ કોઈ વાપરે છે. તેઓ કાચા લોદામાંથી નીકળેલી-નકામી લેખાતી-ગ્યાસોનો ઉપયોગ કરે છે.

લાકડાનાં કારખાના પૃથ્વીના પ્રત્યેક સહેરમાં હોય છેજ. લાકડા ચિરાવતી વખતે તથા વેરાવતી વખતે તેમાંથી ઘણો જારીક બૂકો નીચે પડે છે, જૂકાની સાથે લાકડાની કટકીઓ પણ હોય છે. કટકીઓ વગેરેનો ઉપયોગ તો બગતણુ આદિમાં થઈ શકતો પરંતુ આ જારીક બૂકાનું શું કરવું તેની કોષ્ટને ખમર નહોતી. દર વર્ષે આવો લાખો મણુ વેર નકામો ગણી નાખી દેવાતો. હાલમાં એવી શોધ થઈ છે કે બૂકાનું એક ન્હાતું સરખું રમકણુ પણ નકામું જવા પામતું નથી. યુરોપીયન વેતનિકોએ લાકડાનાં વેરમાંથી થોડા ખર્ચે સ્પીરીટ તૈયાર કરવાની કળા શોધી કાઢી છે, આ શોધ થયા પછી યુરોપ અને અમેરિકામાં યુક્લજ સ્પીરીટ ઉત્પન્ન કરે છે. હિસાબ કરતાં જગ્યાબધું છે કે ગાદી મળુ લાકડાના વેરમાંથી થતું કરીને એ ગેલન સ્પીરીટ મેળવી શકાય છે. આપણે ખનરમાંથી જે સ્પીરીટ લઈએ છીએ તે મોટે ભાગે લાકડાના વેરમાંથીજ બનાવે છે. આપણા દેશમાં થોડા વખત ઉપર એ પ્રકારે સ્પીરીટ તૈયાર કરવાની હિંમત્યાસ થઈ હતી, પરંતુ તે કેટલે અંશે સફળ થઈ તે જણાયું નથી. જાવજ જેવા કેટલાક કાષ્ટોના વેરમાંથી ખાંડ પણ ઉત્પન્ન કરી શકાય છે, એમ જણાયું છે. જે જૂકાને પ્રથમ આપણે નકામો ગણી નાખી દેતા તેજ બૂકા-તેજ કગરો આજે એટલો ખર્ચ મોંઘા મૂક્યો થઈ પડ્યો છે કે એક



ન્યુયોર્ક શહેરમાં પાંચ મોટી મોટી કંપનીઓ લાકડાનો વેર વેચનારું તથા ખરીદવાનું કામ ધમધોધારપણે ચલાવી રહી છે. આ કંપનીઓ વરસ દહાડે એક કરોડ રૂપિયાનો વેર વેચે છે એવી સરેરાસ પણ દહાડવામાં આવી છે.

પૃથ્વીમાં માંસાહારી પ્રાણીઓ મોટે ભાગે હોય છે. યુરોપ અને અમેરિકા વગેરે દેશોમાં રોજ કેટલાયે પ્રાણીઓનો વધ થતો હોય તે નક્કી થઈ શકતું નથી. લોકોને માંસાહાર પુરો પાડવા સુધરેલા દેશોમાં અનેક કારખાનાઓ ઉભા કરવામાં આવ્યા છે, પણ-પ્રાણીઓના દેહની તમામ સામગ્રી માંસાહારીઓ ઉપયોગમાં લાઈ શકતા નથી. તેથી જે અંશ તેમના ખાનપાનમાં કામે લાગતો નથી તે અંશ તેઓ નકામો ગણીને નાંખી દે છે. કસાઇખાનાઓમાં પણ આજરખર્ચન્ત એમજ થતું. માત્ર આહારમાં ખપ લાગે એટલા ભાગજ દહાડી લઈ ખાકીનો ભાગ ફેંકી દેવામાં આવતો હતો. પરંતુ હવે કસાઇખાનામાં એક ન્હાતો સરખો કકડો પણ નકામો રહેવા ધામતો નથી. પણુઓનાં હાડકાં આંતરડાં, સિંગડાં, ખરીઓ તથા વાળો વીગેરે જુલ જુલ કારખાનામાં મોકલી દેવામાં આવે છે, અને ત્યાં તે વસ્તુઓ વૈજ્ઞાનિકોના કૃપાક્રાશ્વથી વિવિધ પ્રકારના આહાર ધારણ કરી પુનઃ આપણા મન ઉપર અધિકાર જમાવે છે. જે વસ્તુઓ સામે જોતાં આપણને ધૂણા અથવા તિરસ્કાર ઉત્પન્ન થાય તેજ વસ્તુ યોગ્ય વખતમાં કેવી મોઢક અને ઉપયોગી થઈ પડે છે તે તીચેના દર્શાવ ઉપરથી જણાશે. પેપરીન, યાક્રમસ, ગ્લીસેરાઇન, ખાનક્રિયાટિન, ખારોટીડ તથા જેલાટિન વગેરે વસ્તુઓ કે જે આપણે તરીકે આપણા દેશમાં છુટથી વપરાય છે તે સર્વ પ્રાયઃ કસાઇખાનાના નિર્ઘેષ દ્રવ્યમાંથી જ જનાવવામાં આવે છે. આશ્ચર્યમન નામનો પદાર્થ પણુઓના લોહીમાંથી તૈયાર થાય છે તે પણ કસાઇખાનામાંથી જ બહાર પડે છે. આમકા કેળવવા, કપડાની છીટા રંગવા તથા સાકર સાકર કરવા માટે પણુઓના લોહીની અનિવાર્ય આવશ્યકતા પડે છે અને તે લોહી પણ કસાઇખાનામાંથી જ મેળવાય છે. માંસ રાંધ્યા પછી હાડકોનો ન્હાતો ન્હાતો કકડો ચૂરસો ફેંકી દે છે તે કકડા પણ નિર્ઘેષ જતા નથી. કારખાનાનાજો ને કકડા પોતાના કાર્યોલયમાં લાઈ જાય છે અને તેમાં મહેજસાજ રહી એવી ગરમી તથા જેલાટિન નામનો પદાર્થ ખૂબીથી જેન્ના દહાડે છે. આ ચરમી સાચુઓ જનાવવામાં જડુ ઉપયોગી થઈ પડે છે. હાડકાના મોટા કકડાઓમાંથી દાંત સાદ કરવાના તથા વાળ જોળવાનાં સુંદર અને તેજસ્વી બ્રશો જનાવવામાં આવે છે. છરીના હાથા શેતરંજ બેઝવાનાં લોગડાંઓ પણ એ દાહકાનાં જ નેલાં હોય છે.

મરી ગયેલા જનનરોની ખરીનો ઉપયોગ કરવામાં જનાની પ્રજા જડુ કુશળ ગણાય છે. તેઓ સરેક ખરીમાંથી સુંદર જાતો જનાવે છે. પોટાસીયમ સાઇનાઇડ નામનું એક અતિ ઉપયોગી રસાયણિક દ્રવ્ય પણ શુદ્ધ કાળા ખરીમાંથી જ ઉત્પન્ન થઈ દહાડવામાં આવે છે, બોરેટિન અને ગ્લાસિયો માગ્નેસિન જાતની જે વસ્તુઓ કે જે વિદેશમાં અનેક રથો માખણને બદલે ખોરાકમાં વાપરે છે તે પણ પણુઓની ચરખીનોજ એક પ્રકાર છે એમ વૈજ્ઞાનિકોની પરીક્ષામાં નક્કી થયું છે.

થોડાં વિગેરે જનનરોના દેહમાં કુદરતી રીતેજ એક પ્રકારનું તેલ રહેતું હોય છે. એ તેલ તેમનાં શરીર ઉપરની ઉત્તર પેપણુ આપવાનું કાર્ય કરે છે. જનવાળા પ્રાયઃ તમામ પ્રાણીઓના શરીરમાં એવું તેલ હોય છે એમ વૈજ્ઞાનિકોનું દહેતું છે. જન અથવા

વાળને ચીકણા તેમજ અળકતા રાખવાનું કામ એ તેલદારા નિરંતર થવા કરે છે. આજ સુધી પશુઓના શરીરમાંથી નીકળતા એ તેલનો બહોળા પમાણમાં સંગ્રહ કરવામાં આવે છે અને જે લોકોના દાદી-મૂઠ્ઠા વાળ બહુ જરૂર હોય છે તેઓ તે તેલનો ઉપયોગ કરી પોતાના વાળને તેજસ્વી તથા કોમળ બતાવી શકે છે. મોજશાખની અતેકાનેક વસ્તુઓમાં આ તેલને પણ સુખ્ય સ્થાન મળ્યું છે. તપાસ કરતાં જણાયું છે કે એક માત્ર અમેરિકાજ એક કરોડ રૂપિયાનું ધેરા આદી જનાવરોનું તેલ ખર્ચિ છે. વાળ ઉપરાંત ચામડાની વસ્તુને સ્વચ્છિત અને નરમ બનાવવાને પણ એજ તેલ ઉપયોગી ગણાય છે. કપાસીઆના તેલનો ઉપયોગ આપણા દેશમાં હમણાં હમણાં થવા લાગ્યો છે. યુરોપમાં લાંબા વખતથી લોકો તે વાપરતા આવે છે. કપાસીઆના તેલના બાષ્પારીઓ આજ સુધીમાં લાંબો રૂપિયા પેદા કરી ગયા છે રૂના વેપારથી જેટલો લાભ થાય છે તેટલાજ લાભ કપાસીઆના તેલના વેચાણથી પણ થઈ પડે છે. આપણા દેશમાં ખાદ્ય પદાર્થોમાં મોટે ભાગે ધી તથા તેલ વપરાય છે. વિદેશમાં ધી તથા તેલને બદલે ચરખી વપરાય છે એ બીના જાણીતી છે. ચરખીની સાથે કપાસીઆનું તેલ મેળવી વિદેશી ખાદ્ય વસ્તુઓ તૈયાર કરવામાં આવે છે. કોરોલીન નામની જે વસ્તુ સુધરેલા વર્ગમાં મોટોગે આવકાર પામી છે તે પણ કપાસીઆના તેલમાંથી તૈયાર થાય છે. તે ઉપરાંત સાથુ વિગેરે બનાવવાના કામમાં પણ તેના ઉપયોગ જાણીતા છે.

જંગ, પાછીટ, તથા ચોપડીના પુંકા માટે જે ચામડું તૈયાર કરવામાં આવે છે તે ચામડાનો ધણો ખરો ભાગ નષ્ટો જતો. કાચુ કે તે ચામડાના વાળ, માંસ, વિગેરે કઢાડી નાખવું પડતું. હાલમાં તે નકામી ગણાતી વસ્તુઓનો પણ ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. વિદ્યાન શાસ્ત્રીઓ ચામડાના તે કચડાને પુનઃ નવા ચામડા રૂપે તૈયાર કરે છે અને એ કૃત્રિમ ચામડાને જોડાના તળીઆ તરીકે તથા એડી તરીકે વાપરી શકાય એવું મજમૂત બનાવે છે.

• આ હુંકા લેખમાં વિદેશી તમામ વસ્તુઓનું આતર રહસ્ય પ્રકટ કરવાનું માથે લીધું નથી. માત્ર, જેને આપણે નકામી વસ્તુ ગણી કઢાડીએ છીએ તે વસ્તુમાંથી યુરોપ-અમેરિકા કેવી ઉપયોગી અને વિલાંસની વસ્તુઓ બનાવે છે તેનોજ કિચિત્ આશાસ આપવાનો અત્રે પ્રયત્ન કર્યો છે. વિદેશી વૈજ્ઞાનિકો તે વસ્તુઓ કેવી રીતે તૈયાર કરે છે તે વિશે પણ અમે કંઈ બોલી શક્યા નથી. કારણ કે કળાને છુપાવી રાખવાનાં જે કલંક ભારતનર્પને શિરે મુકવામાં આવે છે તે કલંકથી યુરોપ પણ મુક્ત રહી શકતું નથી. અર્થાત્ બસા બસા વૈજ્ઞાનિકો પણ પોતાની કળા ખુબી ન પડી જાય એ માટે જાદુ સાવચેતી રાખે છે, અને તેથી અમે તે વિશે વીગત વાર લેખ લખી શકીએ એવી રચીલીમાં નથી.

આપણા દેશમાં કળા તથા વિદ્યાનના સિદ્ધાંતની કેટલી જરૂર છે. તેમજ વિદેશી પત્રિકા ગણાતી મનોહર વસ્તુઓ પણ કેવા દ્રવ્યોની બનેલી હોય છે તેના ખ્યાલ આ લેખ ઉપરથી વાચકોને આવી શકશે તોપણ બસ છે. ધુળમાંથી મેળું ઉપજાવવા જેટલી કુશળતા ભારતવર્ગ દ્વારા પ્રાપ્ત કર્યો એનો ઉત્તર બલિષ્ઠકાળજ આપણે. હાલ તુર્ત તો સુધરેલી દુનિયાની શોધોથી ભારતવર્ગ માહિતગાર ગ્રંથોનો પ્રયત્ન કરે તો પણ બસ છે.

રા. મુશીલ.  
(કન્વી જૈન ગિત્ર.)

## વૈદકીય પ્રસોતર.

( લેખક:-ડૉક્ટર મહાદેવ પ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ., એન. ડી. )

( અનુસંધાન ચાતુર્વર્ણના પૃષ્ઠ ૧૦૩ થી. )

૭૧. પ્રશ્ન:-શું અવાજ કે નાદનો કદી નાશ થતો નથી ?

ઉત્તર:-અમુક અર્થમાં કોઈ પણ વસ્તુની કદાચ નાશ થતો નથી એ સત્ય સિદ્ધાંત છે. પરંતુ ખીણ રીતે વિચારતાં એ પણ એટલુંજ સત્ય છે કે આ વિશ્વમાં કોઈ પણ પદાર્થ ચિરસ્થાયી, અવિકારી, કે અચલ નથી. અર્થાત્ જો કે કોઈ પણ વસ્તુનો નાશ વારંવાર રીતે થતોજ નથી ( “ નાસતો વિચતે માયો નામાયો વિચતે સતઃ ”—શ્રી કૃષ્ણ.) તોપણ દરેક ચીજનું મોટું વહેતું સ્વચ્છાન્તર પણ થયા વિના રહેતુંજ નથી. આવી રીતે એક સ્વરૂપને બદલીને અન્ય રૂપ ધારણ કરવું તેને જ “ જન્મમરણ ” સામાન્ય ભાષામાં વ્યવહારમાં, કહેવામાં આવે છે, અને તેમાં થઇને તો સર્વેને, પ્રાણી તેમજ પદાર્થ માનને, વારંવાર પસાર ચલુંજ પડે છે. માટેજ શ્રી કૃષ્ણે કહ્યું છે કે “ જાતસ્ય હિ હૃવો મૃત્યુ ધ્રુવં જન્મ મૃતસ્યચ સતસ્માદપરિ હાયેડયે નત્વં શોચિતમર્હસિ ॥ ”. આવા સતત પરિવર્તનના નિયમને-લીધેજ વિશ્વમાં અને પ્રત્યેક પાણી અને પદાર્થમાં વિદ્યમાન ઉત્પત્તિક્રમ પ્રવર્તે રહ્યો છે. હવે તમારા અવાજ સંબંધીના પ્રશ્નને આ નિયમ લગાડતાં કહેવાતું કે કોઈ પણ પ્રકારનો ગમે તેટલો મોટો કે નાનો અવાજ અનંતકાળ સુધી અવાજરૂપે તો રહી શકતોજ નથી. આપણી શ્રવણે દ્રિમ કરતાં સાખો મળ્યાં સૂક્ષ્મ શબ્દઓની યજીવડે તપાસતાં પણ અવાજ અવાજ રૂપે નાશ પામતોજ સાખીત થાય છે. અવાજનો ‘ મોજ ’ મંદ મંદ અને આછાં આછાં થતે થતે અંતે તદ્દન વિલાય જાય છે. પરંતુ તે અવાજનાં મોજને ઉત્પન્ન કરનાર શક્તિનો કદી નાશ થતો નથી, કારણકે તેના વડે આપણા કાનમાં, કાનની ગાનતંતુઓમાં, મગજમાં, અને બહારની હવા અને પદાર્થોના અણુઓમાં તેજુ પેદા કરેલા દેરફારો સ્પંદ રીતે જોઈ શકાય તેવા હોય છે. આ રીતે જોઈ અવાજ બંધ પડે છે છતાં તે વડે ચાલુ કરાયેલી અસરોની પરંપરા અવંત કાળ સુધી લંબાય છે.

૭૨. પ્રશ્ન:-અવાજ દિવાલ એટલે ભીંતની આરપાર થઇને આરકામાં કેમ દાખલ થઈ શકતો હશે ?

ઉત્તર:-અવાજનાં હવાની અંદર ઉત્પન્ન થયેલાં મોજ ભીંત સાથે અથડાઈને તે દિવાલમાં પણ દર મેકન્ડે પહેલાંના જેટલીજ સંખ્યાવાળાં અને પૂર્વેના જેવાજ આકારનાં છતાં જરા નાનાં ( કારણ કે કેટલુંક બળ ગુમ થાય છે માટે ) મોજ કે આન્દોલનો ઉત્પન્ન કરે છે. આ રીતે આ દિવાલરૂપી નેચ માધ્યમ ( Medium ) માં થઇને અવાજનાં મોજ દિવાલની પેલીમેર પહોંચી ત્યાં આગળનો હવામાં યુગ પૂર્વેના જેવાજ પરંતુ અધિકતર નિર્બળ મોજ ( વગાડવામાં આવતાં દોલના આમ્પ્લીટી માફક ) અવાજનાં ઉત્પન્નવે છે, અને તે રીતે કાનને પહોંચી સંભળવામાં આવે છે. હવે એટલું બાદ રાખવાતું છે કે આ રીતે દિવાલમાં થઇને પસાર થતા અવાજનું બળ કેટલા પ્રમાણમાં ઘટી જાય તેનો આધાર ભીંતની ગુણાદિ ઉપર તેમજ જે પદાર્થની ભીંત બનેલી હોય તે પદાર્થની ભત ઉપર રહેલો છે. એટલે કે જેમ ભીંત વધારે જડી તેમ અવાજ વધારે નબળો પડી જાય છે, અને સાકડું, લાક-

હતો બેર, જાડા કપડાના પડના વગેરે પદાર્થો જે સહેલાઈથી મોળા કે આનંદાલનો પ્રકણ કરી પોતે આનંદાલોત થઈ શકતાં નથી તેવા પદાર્થો અવાજને વધુ પ્રમાણમાં પોતાની અંદર જ સમાવી દે છે.

૭૩. પ્રશ્ન:—શું વસ્તુ માત્રનો અંત આવયોજ નોંધાયે ?

ઉત્તર:—આ સંબંધમાં જુજ વિવેચન ૭૧ મા પ્રશ્નના ઉત્તરમાં કરવામાં આવેલું છે, છતાં અત્રે વધારેમાં કહેવાનું કે સર્વ વસ્તુઓનો અંત આવતો દેખાતો નથી. એવી સેંકડો ચીજો આપણા મનમાં તરી આવે છે કે જેનો અંત આપણે નોંધી શકીએ, જેવી કે દોરીનો કટકો, લાકડી, યુગાઈ જતી અગ્નિશિખા, નદી, ઈત્યાદિ, ઈત્યાદિ. આવી ચીજોનો એક પ્રકારનો અંત આપણે નજરે નોંધી શકીએ છીએ. બીજા પ્રકારની કેટલીક સેંકડો ચીજોનો આપણે વિચાર કરી શકીએ છીએ કે જેનો આપણી અપેક્ષાએ (આપણે માટે) અંત આવેલો એક રીતે કહી શકાય; જેમ કે વસ્ત્રાદિનું ઝાપડું કે પવનનું વાવાઝોડું જે આવીને યોગ્ય સમયમાં જતું રહે છે, અને આપણે માટે તે નાશ પામ્યા બરાબર થઈ રહે છે, છતાં ખરી રીતે તે અન્ય સ્થળે ચાલી ગયું હોય છે, અને ત્યાં અસ્તિત્વ ધરાવતું હોય છે. આગર તો દૂર દેશની લાંબી સફરે જવા નિઃશ્વેસા એક વહાણને આપણે કિનારે ઉભા ઉભા અવલોકી રહ્યા હોઈએ છતાં અદ્ય ક્ષણમાં તે મુંદર દરમ આપણી આગળથી અજાણ જાય છે, તે દેખાવનો અંત આવી જાય છે, છતાં આપણે વિચાર કરતાં સમજી શકીએ છીએ કે આપણાથી ખડુ આગળ ઉભેલા માણસને માટે તે વહાણના મુંદર દેખ્યો અંત આવેલો હોતો નથી. આ સિવાય બીજી કેટલીક બાજોનો એવો છે કે જેનો અંત લાવવો કે નહિ તે આપણા હાથમાં હોય છે, આપણા કળમની વાત હોય છે. જેમકે યતના નામે થતી પશુહિંસા, દેશમાં જન્મતાં બાળકોનું અદ્ય વયમાં મોટું મરણપ્રમાણ, બાલવંધવ્ય, અને અગ્નિમૂલક ખોટા વહેમો, વગેરે વગેરે. મનુષ્યો જે ધારે તો આથી ચારી શરમ બરેલી બાળકોનો અંત લાવી શકે છે, અને તે એટલી ચોક્કસ રીતે કે જેટલી ચોક્કસાઈથી આપણે એક ધડીયાળના ટકકારાનો અંત લાવી શકીએ છીએ. આ એક ધડીયાળ રહ્યું. ધારો કે તે એવું મજબૂત અને સરસ રીને બનાવેલું છે કે દસ હજાર વરસ સુધી પણ ચાલતું રહે એમ અનુમાન પાડી શકાય. છતાં આપણે જાણીએ છીએ કે તે દસ હજાર વર્ષ પૂરાં થતાં પૂર્વે તો તે ધડીયાળનો કેટલોયેક ખોટો ભાગ ધસાઈ ખવાઈને ઉડી ગયો હશે. અત્રાંત કાળે કરીને ધડીયાળ જે કે ધડીયાળ રૂપે નાશ પામે છે, છતાં જે પદાર્થનું તે બનેલું છે તે પદાર્થ તો અન્ય રૂપે-ધુળ, રેતી કે માટી રૂપે-અસ્તિત્વ ધરાવ્યાજ કરશે. અને બીજાં લાખો કરોડો વર્ષો જતાં ફરી તે પાછું કદાચ ધડીયાળનું રૂપ ધારણ કરે એમ ધારવામાં કંઈજ અસંભવનો બાધ નહોતો નથી. અને આ રીતે એક ધડીયાળનો જે કે ધડીયાળ રૂપે અંત આવી શકે છે; અને તેથી જ રીતે જે દિવાલ પર તે છટકતું હોય તે દિવાલનો પણ જે કે દિવાલ રૂપે અંત આવે; અને તે દિવાલના બળે ઉછું રહેલું મકાન પણ જે કે મકાન રૂપે નાશ પામે; અને જે શરીરમાં તે મકાન આવેલું છે તે શરીર પણ શરીર તરીકે હતી ન હતી થઈ જાય; અને તે શરીર જેવી ઘણીક શરીરના સમુદયથી બનેલું સહેર પણ જમીનદોસ્ત થઈ જાય; અને જે જમીન પર તે નગર વસ્યું હોય તે સ્થળને ટેકાણે કદાચ જળ પણ બની જાય; તોપણ જાણ્યું છે તેના કરતાં અનેક ગુણ વધારે જાણ્યાનું જેને માટે જીવ શકી છે એ જ આપણે મનુષ્યો પણ જોઈએ તો ખાતરી પામે કહી શકીએ કે પદાર્થ

માત્રનો નિરોધ નાશ કે અર્થે તો કેવળ અસંભવિત છે, અર્થાત જેનો અંત આવતો દેખાય છે તે પદાર્થ નહિ પણ તેનું બહારનું સ્વરૂપ હોય છે. અને તેથી પશુહિંસા બંધ કરવાથી કાંઈ યજ્ઞનો અને દેવોપાસનાનો અંત આવી જવાનો નથી; બાળમરણો અટકાવવાથી કાંઈ દુનિયાં પરથી મોત હમેશને માટે અદશ્ય થઈ જવાનું નથી; બાલકામ અટકાવવાથી બાળવિધવાઓ થતી અટકશે પણ તેથી લગ્ન માત્રનો અંત આવી જવાનો ભય છેજ નહિ; અને સત્યજ્ઞાનના પૂર્ણ પ્રસારને પરિણામે વહેમ માત્રનો વિધ્વંસ થઈ જાય તોપણ તેથી માનવ હૃદયમાંથી દેવી અમર આરા અને શ્રદ્ધાનો અંત આવી જવાનો નથી. માત્ર પહેલાની અપેક્ષાએ ખીજી વધારે સુખપ્રદ સ્થિતિ પરિણમશે. તેવીજ રીતે આ લેખ, કે પુસ્તક, કે તેના લખનારના જીવનનો મોટો વહેલો અંત આવશે તોપણ તે લેખ કે પુસ્તક કે જીવનથી ઉપજેલી સારી વા નરસી અસરો તો અનેક રૂપાન્તરોને પામવા છતાં પણ ચાલુજ રહેશે. અને મરણ એ પણ ખરી રીતે જીવનનો અંત નહિ પણ દેવી જીવનનો આરંભજ હોય છે.

૭૪. પ્રશ્ન:-આપણી ટેવો શું આપણે મૂકી દેઈ અથવા બદલી નાંખી શકીએ છીએ ?

ઉત્તર:-હા, જે દૈવ મનથી આપણે પ્રયત્ન કરીએ તો આપણે તેમ કરી શકીએ છીએ. પરંતુ આ સંબંધમાં વધુ વિચેચન કરવા પૂર્વે “ટેવ” શબ્દથી આપણે શું સમજવા માગીએ છીએ તેનો પ્રથમ નિર્ણય થવો જોઈએ. એક રીતે વિચારતાં શ્વાસપ્રત્યાસની ક્રિયા અને ખાવા પીવાની ક્રિયા પણ “ટેવ” જ કહી શકાય, પરંતુ આપણે, જાણીએ છીએ કે શ્વાસ લેવા મુકવાનું અને ખાવા પીવાનું આપણે બંધ કરી શકીએ તેમ નથી. દારણ કે આપણા શરીરના અધિક પ્રકારના બંધારણ અને જરૂરિયાત ઉપર આ ક્રિયાઓનો આધાર રહેલો છે. પણ ખરી ટેવો એટલે સર્વે ધીમે ધીમે શીખાવેલી બાબતો છે, અને તે કંઈ અત્યંત જીવનાવશ્યક હોતી નથી, અને તેથી તે શીખી શકાય છે તેમજે ભૂલી પણ જઈ શકાય છે. પૂર્વે જે કરવાની આપણને આદત પડેલી હોય તે પ્રમાણે નહિ કરવાની નવી ટેવ આપણે પાડી શકીએ છીએ. આશરે છ અઠવાડિયામાં લગભગ સર્વે સામાન્ય ટેવો આપણે નવી પાડી અમર મૂકી દેઈ શકીએ છીએ. પણ કેટલીક ખાસ જાતની કુટેવો અગર દુર્બ્યસતો ઉપર કહેલી ટેવો કરતાં જુદી જાતનાં હોય છે જેમાં દારૂ, એરીસુ, ચરસ, ભાંગ, તમાકુ વગેરે જેરી ચીજો દરોજ નિષ્ક્રિય રીતે વપરાતી હોય છે. આવાં બ્યસનો અન્ય ટેવોથી એ બાબતમાં જુદાં પડે છે કે, ખીજી સામાન્ય ટેવોની માફક એકની એક ચીજ માત્ર ફરી ફરીને કરવાથી તે સદૃશ રીતે અને અદ્ય પ્રયત્ને ( અને કવચિત અનિચ્છાએ પણ ) કરવાની ખાસિયત મળજને પડી ગયેલી હોય છે એટલુંજ નહિ પણ જેરી અને માદક ચીજોના દાર્ધ અને નિષ્ક્રિય ઉપયોગથી શરીરમાં એવાં વિષ એકત્ર થવા પામે છે કે જે આરોગ્યને બગાડે છે, અને એવી વિચિત્ર ખાસ પ્રકારની બેચેની ઉત્પન્ન કરે છે કે જેને દુર કરવાનો સહેલામાં સહેલો ઉપાય તેજ બ્યસનની ચીજ વધારે પ્રમાણમાં શરીરમાં દાખલ કરવાનો જણાય છે. પરંતુ આવા જેરી માદક પદાર્થોનાં દુર્બ્યસનો પણ દૈવ મનોબળ અને પ્રયત્ન વડે સમજી ત્યજ દેઈ શકાય છે. લગભગ આખી જીંદગીની કે કટલાંએ વર્ષોની ટેવો બદલાવવી જોઈને મનુષ્યોને ધાતુ આશ્ચર્ય લાગે છે, પરંતુ વારનવિક રીતે તો આમ દરોજ જનનું હોય છે, અને લગભગ સર્વેની જાતનાં એક ચાખીન રૂપમાં આ પ્રમાણે જનનું જ હોય છે.

## જાણવાયોગ્ય.

### ભારત વર્ષની તુલનાત્મક સ્થિતિ.

( લેખક:-રા. રા. નાનાલાલ કવીશ્વર, કલકત્તા. )

ભારતવર્ષમાં દેશી, રાજ્યોની વસ્તી ૨૨.૫ મેળવતાં કુલ ૩૧૫૧૫૬૩૯૬ થાય છે. આખા યુરોપમાંથી રશિયા જાદ કરીએ તો ભારતવર્ષ જરાબર ઓસ્ટ્રીઆ હંગરી જરાબર થાય.

મુંબઇ, સ્પેન જરાબર અપ. મદ્રાસ, પંજાબ, બલુચીસ્તાન, મધ્યપ્રાન્ત, બીહાર, રજપુતાના તે સર્વ ગ્રેટબ્રીટનથી મોટાં છે. સંયુક્ત પ્રાન્ત, બીહાર, ઓરીસા, ઇટાલીથી મોટા છે. હૈદરાબાદ અને કાશ્મીર ગ્રેટબ્રીટનમાંથી ચોદ્દસીયર કાઢી નાખતાં જરાબર થાય છે.

ભારતવર્ષ અમેરિકાના યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સથી વસ્તીમાં ત્રણ ગણો છે. સંયુક્ત પ્રાન્ત, અને બંગાલ તથા તેના દેશી રાજ્યોની સાથે વસ્તીમાં ગ્રેટબ્રીટન તથા આયર્લેન્ડ જરાબર થાય છે. બીહાર ઓરીસા ક્રાન્સ જરાબર છે. મુઝાઇ ઓસ્ટ્રીયીયા જરાબર છે. પંજાબ, સ્પેન તથા પોર્ટુગાલ મળીને સરખો થાય છે. વસ્તીમાં મધ્યપ્રાન્ત અને બીહાર તે બ્રાજીલ જરાબર છે. હૈદરાબાદ અને જરમાની વસ્તી ઇંગ્લેન્ડ જરાબર છે. મધ્ય હિંદુસ્તાન અને રજપુતાનાની વસ્તી સ્કોટલેન્ડ અને આયર્લેન્ડ જેટલી છે. આસામ બેસલીયમ જરાબર છે.

ઉપરની સરખામણી જતાં છે કે ભારતવર્ષ દુનિયામાં એક જગત્સદસ દેશ છે.

### વસ્તીના વધારો.

સને ૧૮૭૨ માં	૨૦૬૧૬૨૩૬૦ વસ્તી હતી.
૮૧ માં	૨૫૩૮૯૬૩૩૦ ”
૯૧ માં	૨૮૭૩૧૩૬૭૧ ”
૧૯૦૧ માં	૨૯૪૩૬૧૦૫૭ ”
૧૯૧૧ માં	૩૧૫૧૧૬૬૯૬ ”

આ દોઢો વધારો વિદેશીયો આદિનાં આગમનથી હશે. ભારતવાસીઓની ૯.૫ વસ્તી શહેરમાં છે. જ્યારે ઇંગ્લાન્ડ-વેલ્સની ૭૮.૧ વસ્તી શહેરમાં છે. યુરોપનાં શહેરોની અંદર પુરો કરતાં સ્ત્રીઓ વધારે હોય છે. જ્યારે ભારતવર્ષનાં શહેરોમાં ૮૪૭ સ્ત્રી દર હજાર પુરોએ છે. તે કુલ સરેરાશ ભારતવર્ષમાં હજાર પુરો ૯૫૩ સ્ત્રી છે.

કલકત્તામાં ૩૫૭ સ્ત્રી હજાર પુરો છે.

બેંગલુરુ તથા આયર્લેન્ડમાં ૧૦૧૩ સ્ત્રી છે. ઇંગ્લાન્ડ અને વેલ્સમાં ૧૦૮૬ છે. પોર્ટુગાલમાં ૧૦૯૩ છે. હવે આ લક્ષ્યમાં પુરો મજાજ ગરી ગયેલ હોવાથી સ્ત્રીઓનું કેટલું પ્રમાણ ઉપરોક્ત દેશોમાં વધી ગયેલ હશે ?

ભારતવર્ષમાં દર હજાર પુરો ૯૫૩ સ્ત્રીઓ છે એટલે પરપોથી કમતી છે. કારણ કે ઓકરીઓની વધારે કાળજી લેવાની નથી તથા ઓકરી અને તેમની માતાઓનાં અસંખ્ય અરણ્ય વિગેરે.

## શહેરોમાં રહેનારી વસ્તી.

ખારસીયોમાં ૭ માં ૯

નંનોમાં સરેરાશ ૩ છે

ખ્રીસ્તીમાં ૬ છે કારણ કે નીચ જાતીજ ખ્રીસ્તી થાય છે.

મુસલમાનો ૩ છે.

હિંદુઓમાં ૬ છે.

ભારતવર્ષમાં એક લાખથી વધારે વસ્તીવાળાં ૩૦ શહેરો છે જેમાં ગુજરાતમાં અમ. દાવાદ તથા સુરત છે. વડોદરા પણ નથી.

ભારતવર્ષમાં એક ઘરમાં સરેરાશ ૪.૯ માણસ રહે છે. ભારતવર્ષમાં ૬૪.૯ મીલીયન (દસ લાખ) સ્ત્રીઓ ૧૫ વરસ (ઉંમર લાયક) તથા તેથી વધારે ઉંમરની પરણેલી છે છે જેને રહેવાને વાસ્તે ૬૩.૭ મીલીયન ઘરો છે એટલે પરણેલી સ્ત્રીઓને રહેવાને ઘરો પણ પુરતાં નથી.

ભારતમાં કૌંસી મોટું શહેર કલકત્તા (વસ્તી ૧૨૨૨૭૧૩) છે તે બીજા નંબરે મુંબઈ (વસ્તી ૯૭૯૪૪૫) છે. પરંતુ કલકત્તાનાં ઘરો બાદ કરીએ તો ૮૯૬૦૬૭ વસ્તી રહે છે.

૩ પુરૂષો કુવારા છે.

૩ સ્ત્રી કુવારી છે.

૪૬ ટકા પુરૂષો પરણેલા છે.

૪૮ ટકા સ્ત્રીઓ પરણેલી છે.

૧૭ ટકા વિધવા સ્ત્રીઓ છે.

૫ ટકા પુરૂષો વિધુર છે.

કુવારાની અંદર અને જાતો ઘણીજ નાની છે એટલે પોણાભાગ ૧૫ વરસની અંદરના કુવારા છે.

યુરોપમાં કુવારા વીસ વરસની અંદર.

૨૧૪૭ પરણેલમાં એક કુવારો.

૬૪૨ માંથી એક કુવારી

ભારતવર્ષમાં દસ ટકા પુરૂષ તથા ૨૭ ટકા સ્ત્રી તે ઉંમરથી પરણેલ છે.

૫ થી ૧૦ વર્ષની વયના ૪ ટકા

૧૦ થી ૧૫ " ૧૩ ટકા

૧૫ થી ૨૦ " ૩૨ ટકા

૨૦ થી ૩૦ " ૬૦ ટકા

પુરૂષ

૫ વર્ષની અંદર ૭૨ માં ૧ પરણેલ છે

૫ થી ૧૦ વર્ષની દસમાં એક

૧૦ થી ૧૫ વર્ષની પાંચમાં એથી વધારે

૧૫ થી ૨૦ વર્ષની પાંચમાં ચાર

સ્ત્રી

આખા ભારતવર્ષમાં ૨૧ મીલીયન વહુઓ દસ વર્ષની છે. નવ મીલીયન વહુઓ ૧૫ વર્ષની છે.

### ધર્મ પ્રમાણે ભજતર.

કુલ વસ્તી	પુરુષ અમલુ	સ્ત્રી અમલુ
હિંદુ ૨૧૭૫૮૬૮૯૨	૯૯૬૪૨૫૯૭	૧૦૫૯૦૫૯૦૪
પૌરાણીક ૨૧૭૩૩૭૯૪૩		
આર્યસમાજ ૨૧૩૪૪૫		
બ્રહ્મોસમાજ ૫૫૦૪		
+ સીખ ૩૦૧૪૪૬૬	૧૫૫૦૬૧૦	૧૨૬૨૩૮૭
જૈન ૧૨૪૮૧૮૨	૩૨૪૯૬૮	૫૮૦૫૦૯
બૌદ્ધ ૧૦૭૨૧૪૫૩	૩૧૫૧૭૬૧	૫૧૧૭૭૪૮
પારસી ૨૦૦૦૬૬	૧૧૧૨૮	૧૭૭૫૫
મુસલમાન ૬૬૬૪૬૨૨૯	૩૨૩૧૯૫૯૯	૩૧૭૪૬૦૦૫
ખ્રીસ્તી ૩૮૭૬૨૦૩	૧૪૨૨૧૫૪	૧૬૧૩૧૭૭
મોહંદી ૨૦૯૮૦		
સેનગેળ		

\* આ આંકડો ૧૯૧૧ નો છે પરંતુ અભારે ધણીજ ફેરફાર થયેલો છે એટલે કે આંકડો વધી ગયેલ છે.

+ સીખમાં પંદર એક ભણેલ છે.

### ધંધો.

૧ ખેતી વિગેરે	૨૨૭૦૩૦૦૯૨
૨ વેપાર વિગેરે	૫૮૧૯૧૧૨૧
૩ સરકારી નોકરી વિગેરે	૧૦૯૧૨૧૨૩
૪ પરચુરલુ	૧૭૨૮૬૬૭૮ માં
A જલ તથા દવાખાનામાં	૧૩૨૬૧૦
B બીખારી, રમણ, વેળો	૩૩૧૮૭૭૭

ભારતમાં હિંદુની ૬૯ ટકા વસ્તી છે.

ચંદ્રેશમાં } ૧૬૧૦૮૩૦૪ પુરુષો  
રહે છે. } ૧૩૬૩૯૯૨૪ સ્ત્રીઓ

મુસલમાન ૬૬૬૪૭૨૯૧ તેમાં

\* ૨૪ મીલીયન બંગાલ

૧૨ પંજાબ

૫ સંસ્કૃત પ્રાન્ત

} માંજ રહે છે.



ખ્રીસ્તી ૩૮૭૧૨૦૩ તેમાં ૨૫ મીલીયન તો મદ્રાસમાંજ રહે છે.

• જંગાળામાં ચોક્કસ વર્ષમાં હિંદુથી ૧૫ ટકા મુસલમાન વધી ગયેલ છે. એટલે;  
૫૨'૪-૨ ૨૩૭૨૩૮ મુસલમાન વધારે.

૨૦૦૪૫૩૭૯ હિંદુ ૬ મ.

આ આંકડો હિંદુભાષાઓને ચેતવણીરૂપે ખસ છે; આવું જ રહેશે તો જંગાળાનું ભવિષ્ય મુસલમાન મથળ જાણવું.

૫ ટકા પુરુષ રંગયા છે  
૧૭ ટકા સ્ત્રી વિધવા છે

} ભારતમાં

૯ ટકા વિધવા યુરોપમાં પણ છે પરંતુ તેમાં ૭ ટકા તો ૪૦ વરસની છે, ભારત વર્ષમાં ૨૦ ટકા આ ઉમરની છે. ૧૦૩ પરસેન્ટ એટલે કે ૩ મીલીયન તો ૧૫ વરસની અંદરની નીચે છે.

એટલે આ ઉમરમાં યુરોપમાં કોઈ પણ પરણેલ હોતા નથી.

સરેરાશ એવી હોંડ ૧૮ છોકરીઓ એક માધવ્યમાં છે કે જે પાંચ વરસની અંદર પન્જોળી છે.

ભારતવર્ષમાં એક માધવ્યે ૫૯ મનુષ્ય જાતી એવી છે કે જે માત્ર કામળ લખી પાંચી જાણે એવી છે.

એક માધવ્યે ૧૦૬ પુરુષ લખી પાંચી જાણે છે ને.

„ ૧૦ સ્ત્રી „ „

કાશ્મીરમાં ૨૧ બચ્ચેલ છે એટલે ૫૦ માણસે એક.

ભારતની ૨૩૮૪૨૭૮૭૭ વરતીમાં ૯૦૨૧૮૨૫ જન્મ તથા ૭૧૪૨૪૧૨ મરણ ૧૯૧૫ માં થયેલ છે.

જંગાળામાં જેટલો ભય મુમયમાનોનો છે તેટલોજ મદ્રાસમાં ખ્રીસ્તીઓનો છે.

અમેરીકામાં ફોરેન મીચન સોમાષ્ટ્રીના રીપોર્ટ વાંચતાં એક જણે કહ્યું છે કે પાંચ વરસથી ભારત વર્ષમાં દરેક મહીને સરેરાશ ૬૬ લાખ ( ૧૦૦૦૦ ) રોગન.કેમોલીક જાતે છે.

ચાર વર્ષમાં પાંચ પ્રોટેસ્ટન્ટ સોમાષ્ટ્રીએ ૩૧૫૦૦૦ માણસો વટવાળ્યાં છે.

આ આંકડો પણ તેઓનાજ કહેવા પ્રમાણે છે, ચેતવું હોય તો ચેતજો.

# બાળકોને ઉછેરવા તથા સામંત રાખવા સંબંધી કેટલીક સૂચનાઓ.

(લેખક:—શ. રા. જગન્નાથ પ્રભાશંકર પંડિત.)

આજ સુધી તો ઘરમાં ડોશીઓ હતી કે જે કંઈ કંઈ ધરધરાક સાથે ઉપચાર કરતી, જેથી સામાન્ય પ્રસંગોમાં વેધ કે દાકતરને ઘેર બાળકને લેઈ જવું પડતું નહિ. પણ આજે સ્ત્રીઓને આ પ્રકારનું અજ્ઞાન હોય છે અને તેથી બાળકને સદજ પણ અન્યવસ્થા થતાં વેધ કે દાકતરનું ઘર બતાવવું પડે છે. બાળક કંઈ મોટા મનુષ્યની પેઠે દિવસમાં દસ વાર પોતાની મેળે ખાતું નથી, કે ઘરમાં લાકડું પડ્યા હોય તો દસ વાર ચડતી જતું નથી, કે બાળકમાંથી પોતાની મેળે લાચીને કંઈ ખાતું નથી. તે પરતંત્ર છે. તેના આરોગ્ય અનારોગ્યનો આધાર માતાપિતા ઉપરજ હોય છે. તેને દિવસમાં બાર વાર ધવરાવવું હોય છે કે દિવસમાં પચીસ વાર ધવરાવવું હોય છે તે માતાનાજ હાથમાં છે; તેને શું ખાવાનું આપવું, કેટલું આપવું, કેટલી વખત આપવું, આ વગેરે સર્વ માતાપિતાના હાથમાંજ હોય છે. કારણકે તે પરતંત્ર હોય છે, પણ માતાપિતાને તેને દિવસમાં કેટલી વાર ધવરાવવું. તેને શું ખાવાને આપવું, દિવસમાં કેટલી વખત આપવું, કેટલા પ્રમાણમાં આપવું, આ વગેરે કંઈજ જ્ઞાન નથી જેથી તે બાળકને ગમે તેવી ટેવ પાડે છે. અને આવી ટેવ એક વખત બાળકને પડ્યા પછી તે તેજ પ્રમાણ વર્તે છે; અને આ પ્રમાણે ગમે તેમ વર્તવાથી બાળકને વ્યાધિ થાય છે, તે નિર્ગળ રહે છે, સુકાઈ જાય છે, લોહી ભેડું નથી કે પ્રસંગે મરણને પણ શરણુ ધર્મ જાય છે. આ સર્વ યવામાં માતાપિતાજ કારણભૂત છે. કોઈ મોટો મનુષ્ય કોઈનું જીવન કરે છે તો તે જાણતાં મનુષ્યોમાં હાહાકાર થઈ રહે છે, પણ માતાપિતા પોતાનાં પ્રિય બાળકોનાં હજારો જીવન કરે છે તેથી હાહાકાર યવો નથી. એ સામાન્ય આશ્ચર્ય નથીજ! તો પણ જે બુદ્ધિમાન છે અને જે માતાપિતાનાં આ અજ્ઞાનને સમજે છે, તેમને તો આ પ્રમાણે યતાં નિર્દોષ બાળકોનાં જીવોથી આશ્ચર્ય અને ગ્વાનિ યવા વિના નથીજ રહેતાં. માત્ર આમાં કંઈ પણ ઠીક ઠીક સકાય તેમ હોય તો તે એટલુંજ છે, કે માતાપિતા અજ્ઞાન છે. પણ અજ્ઞાનતાં કરેલું પાપ કંઈ ઘણું ગણાતું નથી, કે તેનું કશું કંઈ મન્યા વિના રહેતું નથી.

નાનાં બાળકોને તાવ આવે, ઉલટી થાય, દસ્ત થાય, વરાધ થાય, કે એવા હજારો વ્યાધિ થાય તે યવાની જરૂર છે શું? આ વ્યાધિ શું સ્વાભાવિક છે કે પ્રત્યેક બાળકને તે યવાજ જોઈએ? આ વ્યાધિ સ્વાભાવિક નથીજ અને તેમનાં એક પણ વ્યાધિ બાળકને યવાની જરૂર નથી. પણ આ સર્વ વ્યાધિ યવામાં તેમને કેમ ઉદેરમાં એવું માતા પિતાનું અજ્ઞાનજ કારણ છે. બાળક કેવળ નીરાશીજ રહેવું જોઈએ અને પ્રસન્નતાથી તેની વૃદ્ધિ થવી જોઈએ. વ્યાધિનું નામ તેના જન્મવામાં અને અનુભવમાં શા માટે આવવું જોઈએ? જે રોગ્ય રીતે તેમને ઉદેરવામાં આવે છે, તો પછી બાળકો નિરાશીજ રહે છે અને આનંદથી વૃદ્ધિને પામે છે.

માગેચ્છેકામાં પાંચ વર્ષની સંસ્કૃતિ ૧૯૭૭ માં પડેલ મરી ગયાં હતાં. જેમાંનાં અને કરનાં પણ વધારે જરૂરની સંસ્કૃતિને નીચે મરી ગયાં હતાં, તેમ માન્ય પડતું હતું. નુ

ચોક્કમાં ૧૧૭૮૨ બાર વર્ષની અંદરની વચનાં બાળકોની દવાખાનામાં સારવાર કરવામાં આવી હતી. જેમાંથી ૩૨૪૫ જરૂરની અવ્યવસ્થાને લીધે વ્યથિત થએલાં જણાયાં હતાં. ઇંગ્લાંડમાં પાંચ વર્ષમાં ૭૧૪૨૪૨ એક વર્ષની અંદરની વચનાં બાળકો મરણ પામ્યાં હતાં. જેમાં ૨૭૭૮૫૨ જરૂરની અવ્યવસ્થાને લીધે મરણ પામેલાં જણવામાં આવ્યાં હતાં. લંડનમાં એક મંડળી બાળકોના વ્યાધિ સંબંધની તપાસ કરનાને નિમાણ હતી. તેણે અવલોકન કરીને એ જાહેર કર્યું હતું, કે વિશેષ ખાવાથીજ બાળકો મોટાં પડે છે અને મરી જાય છે. ડૉ. કોસન કહે છે કે માતાપિતાના અચાનકે લીધેજ બાળકો મોટાં પડે છે અને મરણ પામે છે. પશુઓ મનુષ્ય કરતાં પોતાનાં બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવાં તે મનુષ્ય કરતાં સારી રીતે જાણે છે. આ સંબંધમાં આ પ્રમાણે કહીને તે અંતમાં કહે છે કે Their parents do not know to kill them તેમનાં (પશુ પક્ષીનાં) માબાપ તેમને (તેમનાં બાળકોને) કેવી રીતે મારી નાખવાં તે જાણતાં નથી. આ વિદ્યાર્થી કહેવું ખરૂં છે. આપણા દેશમાં પણ આપણે બાળકોના જન્મ મરણની સંખ્યા તપાસીશું તો આપણને જણાયાં વિના નહિજ રહે કે બાળકોને વ્યાધિ થવામાં અને તેમની દુર્દશા થવામાં માતાપિતાને તેમને કેવી રીતે ઉછેરવાં તેણું અચાન છે, એજ કારણ છે.

અને એ પ્રશ્ન થવો સ્વાભાવિક છે કે આરંભમાં બાળકને દુધ વિના કંઈજ આપવામાં આવતું નથી તો પછી આવી અવ્યવસ્થા થવાનું કારણ ખોરાક શી રીતે ગણી શકાય. આ સંકટનું સમાધાન એ છે કે જો કે તેમને કેટલાક મહિના સુધી દુધ વિના ખીજો ખોરાક નથી આપવામાં આવતો તો પણ આ દુધ પણ તેમને અનિયમિતપણે પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આપવામાં આવે છે. તેથી તેમનાં જરૂર બગડે છે. જ્યાં સુધી બાળકને દાંત ન આવે અને જ્યાં સુધી તે તેનો ઉપયોગ કરતું ન થાય ત્યાં સુધી તેનો ખોરાક દુધજ નિર્માણ થએલો છે. પણ તે તેને એટલા પ્રમાણમાં મળવું જોઈએ, કે તે પૂરેપૂરું પચી જાય, અને કોઈ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થાને ઉત્પન્ન કરે નહિ. પણ જરૂર પૂરતુંજ દુધ તેમને આપવામાં આવતું નથી, જેથી જંબકોશ, ઝાડા, જવર, ઉલટી, આંતરડાંનો વરમ વગેરે અવ્યવસ્થા થાય છે.

વૈદ્યકની પરીક્ષા પસાર કરીને જે દાકતરો તૈયાર થાય છે તેમને કોલેરા હોય તો અમુક દવા આપવી, ઉલટી થતી હોય તો અમુક દવા આપવી, એ વગેરે શીખવવામાં આવે છે, પણ બાળકોને તથા મોટાં મનુષ્યોને જે વિવિધ રોગ થાય છે તે રોગ થતા અટકાવવાને શું કરવું તે તેમને શીખવવામાં ઘણાં ઓછા પ્રમાણમાં આવે છે. આવા દાકતરો માસે બાળકોને કોઈ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા થતાં લેઈ જવામાં આવે છે; પણ જેથી બાળકોની થતી દુર્દશા અટકે તેવા ઉપાયો કોઈ ટેકાણે લેવામાં આવતા નથી.

ઘણા મનુષ્યો, ઘણા દાકતરો અને વૈદ્યો પણ કહે છે કે દાંત આવે ત્યારે અવ્યવસ્થા થવીજ જોઈએ. પણ શા માટે આ પ્રમાણે અવ્યવસ્થા થવી જોઈએ, તેનું કોઈ સમજ કારણ જણાવતું નથી. શું પરમેશ્વર બાળકને જન્મ આપતાં તેમને દાંત ઉગાડવાનું ભૂલી જાય છે અને તેથી શું પછાથી તેમને તે દાંત આવે છે કે આવી અવ્યવસ્થા થાય ? પરમેશ્વર સર્વજ્ઞ છે અને તેથી તેમની કૃતિમાં ભૂલ થવાનો નિમિત્તમાં અસંભવ છે. તે જે સમયે જરૂર છે તે સમયેજ બાળકોને દાંત ઉગાડે છે. જેમ હાથ અને પગના નળ કોઈ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા વગર ઉગે છે તેમ દાંત પણ કોઈ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા વિના ઉગતાં જોઈએ. આ પ્રમાણે શું એજ સ્વાભાવિક છે. તેથી તેમને દાંત આપના સુધી જે નિયમ સ્થિતિમાં

રાખવામાં આવે તો દાંત ઉગતાં કોઇ પણ પ્રકારની અવ્યવસ્થા થવાનો સંભવ નથીજ. જ્યારે વગેરેની અવ્યવસ્થાજ બાળકોને દાંત આવતી વખતે માંદાં પાડે છે. પ્રમાણ કરતાં બાળકોને વિશેષ દુધ ધવરાવીને કે શીશી વડે પાવવામાં આવે છે, જે પચતું નથી અને તેથી જ અવ્યવસ્થા થાય છે તેની અસર દાંત ઉભતી વખતે બાળક ઉપર થયા વિના નથીજ રહેતી.

એક બાળકનો દર્દાંત લો. તે ત્રણ માસનું છે. તેનું વયન ૧૫ શેરનું છે. આ બાળકમાં પાંચ શેર ચરખી વધારે છે, અને આનું કારણ તેના અહારજ છે. તેને જો દરેક કલાકે કે દરેક બે કલાકે દુધ આપવામાં આવે તો તે ત્રણ શેર દુધ આપ્યા દિવસમાં સહજ પી જશે અને આ પ્રમાણે ત્રણ શેર દુધ તો ઘણું બાળકો આ અવસ્થામાં પીતાં આપણને માલુમ પડશેજ. હવે આપણે ૧૫૦ શેર વચનના એક માણસને લેખએ અને આ મનુષ્યે તેના વચનના પ્રમાણમાં દશમાણું દુધ પીવું જોઇએ ત્રીસ અર્ધાંત તેણે શેર દુધ પીવું જોઇએ. એટલે કે ચોવીસ કલાકમાં તેણે દરેક કલાકે લગભગ સવાશેર દુધ પીવું જોઇએ. પણ તે દરેક ચોવીસે કલાક કંઈ દુધ પીતો નથી. તે આઠ નવ કલાક તો સહજ ઉંઘમાં ગાળે છે જેથી તે ૧૫ કલાક જાગત દશામાં રહે છે, અને આ જાગત સ્થિતિમાં તેણે ઉપરનું દુધનું પ્રમાણ પૂરું કરવું જોઇએ. એટલે તેણે દર કલાકે સવાશેરના બાદે બે શેર દુધ પીવું જોઇએ. આ અતુમાન છે અને તે એકસ દિસાખના આધારે કરવામાં જો કે આખું નથી તો પણ એ ઉપરથી આપણને એ સ્પષ્ટ થયા વિના નથી રહેતું કે બાળકોને પ્રમાણ કરતાં વિશેષજ દુધ આપવામાં આવે છે.

આ પ્રમાણે પ્રમાણ કરતાં વિશેષ દુધ બાળકના પેટમાં જવાથી શું થાય છે? તેના આખા શરીરમાં અવ્યવસ્થા થાય છે. અને આ અવ્યવસ્થા દૂર કરવાને કુદરત દસ્ત, આંખો આવવી, જ્વર વગેરેની સહાય લે છે. એક તરફથી બાળકમાં બળ અને જીવનનો ઝેર ઉછાળા મારી રહે છે, અને બીજી બાજુથી અગાનથી આ ઝરાને દાખી દેવાનો કે તેને નકામો વહેવરાવી દેવાનો પ્રયત્ન થાય છે; અને આર્યાવસ્થાપીજ રોગ, જુદાવસ્થા અને મરણના બીજાંકે તેનામાં રોપાય છે; તેના હાડકાં રનાયુઓ, તથા હાથ પગ આદિ તમામ અવયવો જોઇએ તે પ્રમાણમાં વિકાસને પામતા નથી. બાળકને દાંત આવે છે ત્યારે તેમને ઉલટી થાય છે, ઝાડા થાય છે, કે જ્વર આવે છે, એ વગેરે અવ્યવસ્થા થાય છે, તે શા માટે થાય છે? કુદરત જો કંઈ કરે છે તે સારજ કરે છે અને કિત્તે અર્થજ કરે છે. પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આહાર આ બાળકના જઠરમાં જઠને જો વિષ એકત્ર થઈ હોય છે તે વિપતે જ્યાં સુધી કુદરત બહાર કાઢી નથી નાખતી ત્યાં સુધી બાળકોને દાંત આવતા અટકે છે, કે તેમનું જોઇએ તેનું સારું પોષણ પણ ચતું નથી. કુદરત અથવા બાળકના શરીરનું ઘોઘી આ સર્વ અવ્યવસ્થા દૂર કરવામાં પ્રથમ રોકાય છે. અને આ અવ્યવસ્થાને લીધેજ જ્વર, દસ્ત, ઉલટી વગેરે થાય છે. અને આ જ્વર, દસ્ત વગેરેથી બાળકના શરીરમાં સંયમ થએલું વિષ બહાર નીકળી જાય છે ત્યારે દાંત સારી રીતે ઉગે છે તથા તે પોષણને પામે છે. આ પ્રકારનું જ્ઞાન મનુષ્યોને નહિ હોવાથી તે અગાનથી એમ માની બેસે છે કે દાંત આવે ત્યારે આ પ્રકારની અવ્યવસ્થા બાળકમાં ચલીજ જોઇએ. તેથી જ બાળકોને યોગ્ય પ્રમાણમાં પુરતો ખોરાક આપવામાં આવે છે અને આરોગ્યના બીજા નિયમો વડે જેમનું આરોગ્ય રક્ષામાં આવે છે તેમને આવી અવ્યવસ્થા થવાનો સંભવ આવતા નથી.

બાળકોના હાથ, પગ, નેન આદિ કોમળ અવયવોનું માતા કેનું રક્ષણ કરે છે? તેને મંજાળથી તે સે છે અને રચાડે છે. પણ બીજાના જઠરની દુર્ગંધા કરવામાં આવે છે. બાળ-

હતું જરૂર તેના બીજા અવયવો જેવુંજ કોમલ હોય છે. પણ તેની કોમલતા પ્રતિ કોઈ દિન દરનું નથી અને તેના ઉપર પ્રમાણ કરતાં વિશેષ બોલે નાંખવામાં આવે છે. તેને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ દુધ આપવામાં આવે છે એટલુંજ નહિ પણ તેને રોટલી, બટાટા, પૂરી, ભજ્યા વગેરે જે તેનું જરૂર પડતી શકે નહિ તેવા પદાર્થો પણ આપવામાં આવે છે, અને પછી દોષ દાંતનો કે બીજાનો કાઢવામાં આવે છે.

નાનાં બાળકોને માટે દુધ એજ ઉત્તમ ખોરાક છે. તેમાં બાળકને જેટલા પોષણની જરૂર છે તેટલું પોષણ આપનાર તરતો તેમાં રહેલાં છે. દુધથી તેના દાંત રચાય છે, તથા સર્વ અવયવો રચાય છે. તેને પૂરેપૂરા દાંત ન આવી રહે ત્યાં સુધી તેને બીજું કંઈ પણ આપવાની જરૂર નથી. ખેતાર કે છ દાંત આવે એટલે મોટા મનુષ્ય કે મોટા બાળકની પેઠે તેનું જરૂર કામ કરવાને તૈયાર થઈ ગયું છે એમ સમજવું નહિ, પણ તેને પૂરેપૂરા દાંત આવવા દેવા જોઈએ.

પૂર્વોક્ત ડૉ. ડાસન કહે છે, કે મને એમાં ચૂંચતા જણાય છે, કે કોઈ શા આધારે એમ માને છે, કે દાંત આવે ત્યારે બાલકો માંદાં પડવાંજ જોઈએ ? શું પરમેશ્વરને નિર્દોષ બાળકોને આ પ્રમાણે આદ્યાવસ્થામાં પીડા કરવાનું કોઈ સમજી દારણુ છે ? મને તો એ સ્વાનુભવ છેજ કે આ પ્રમાણે થતી અવ્યવસ્થામાં તેમને આપવામાં આવતો પ્રમાણથી વિશેષ અહારજ દારણુ છે. તેમને દાંત આવી જાય ત્યાં સુધી અન્ય કંઈ નહિ આપતાં માત્ર ધવગવવાંજ જોઈએ. તેની અનુકૂલતા ન હોય તો તેમને ગાયનું દુધ અંદર પાણી જેળવીને ગરમ કરીને આપવું. પણ બીજે કોઈ ખોરાક તો નજ આપવો. કોઈ કાંઈના એવો અભિપ્રાય હોય છે કે દુધ સાથે રાશ્નિયાળા પદાર્થો પણ બાળકોને ખાવા આપવાની જરૂર છે. પણ આ સંબંધમાં અનેક વિદ્વાન ડાક્ટરોનો એવો નિષ્કપ થયો છે, કે જ્યાં સુધી તેમને દાંત પૂરા ન આવી જાય ત્યાં સુધી તેમને બીજું કંઈજ આપવાની અગત્ય નથી.

બાલક જરા રડે છે કે તેને ધવરાવામાં આવે છે, પણ તેના રડવાનું દારણુ શું છે તે જોવામાં આવતું નથી, પણ સર્વ પ્રસંગમાં તેને ધવરાવામાંજ આવે છે. આથી તેની જરૂરમાં અવ્યવસ્થા થાય છે અને તેથી પણ તે રડે છે છતાં તેને ઉપરા ઉપરી ધવરાવામાંજ આવે છે. આ પ્રમાણે થવાથી તેની અવ્યવસ્થા વધતી જાય છે અને તેને અંધકાશ, દસ્ત, ઉવડી, ચુંક, જ્વર, વડાધ વગેરે બાધ થાય છે. અને આવી જ્યારે કોઈ અવ્યવસ્થા થાય છે અને જ્યારે તે પોતાની મેજે ધાવતું આટકે છે ત્યારે માથાપ તેને માટે દવા કરવા દોરે છે. તેને માંદુ થએલું જોઈ તે ગુભરાઈ જાય છે અને ઉપરા ઉપરી દવા કરવા મડી પડે છે. આ અવ્યવસ્થામાં ધણાં બાળકો ગુજરી જાય છે. તેથી માતાપિતાએ બાળકોને કેવો અહાર કેટલા પ્રમાણમાં આપવો તે જાણવાની જરૂર છે. બાળકોને જ્યારે ઉવડી થાય છે ત્યારે ધણા મનુષ્યોનું એવું માનવું હોય છે, કે તે સ્વાભાવિક છે અને તેથી બાળકને કંઈ દાનિ થતી નથી; પણ આ તેમનું માનવું બૂમમરેણુ છે. બાળકના જરૂરમાં જરૂર કરતા વિશેષ અહાર જાય છે, એ દર્શાવનારજ આ ઉવડી છે. તેથી ઉવડી થતાં બાળકને ધવગવવાનું પ્રમાણ ઓછું કરવું અને તેમને વયમાં વયમાં માત્ર ચોખ્ખું પાણીજ થોડું થોડું પાવું. જે આ પ્રમાણે નથી કરતાં અને તેમનાં બાળકોને ઉવડી થતાં છતાં ધવરાવા કરે છે તેમના બાળકોને પછી એથી વિશેષ અવ્યવસ્થા થયા વિના નથી રહેતી. ઉવડી થાય કે બાળકોને અને તો ચાર, ૭ કે આઠ દલાક ધવરાવા વિના મેખવાં. આથી કોઈ એટી દાનિ થઈ જતી નથી, પણ તેથી બાળકના જરૂરને વિશ્રાંતિ કે જીવી આ પ્રમંથે ખાસ જરૂર છે તે

મળે છે, અને સ્વાભાવિક રીતેજ સર્વ અવવર્ધક શક્તિ જાય છે. વયસા સમયમાં દર ૦૧ કલાકે એક કે બે બેચે ચમચ પાણી પાયા કરવું. પછી જ્યારે ધરાવવાનું સર કરવું હોય ત્યારે એકદમ પેટ ભરીને બાળકને ધરાવવું નહિ પણ જરા ધરાવવું. વળી થોડો વખત જવા દેવો; પુનઃ જરા ધરાવવું, અને આ પ્રમાણે વિશ્રાંતિ આપીને તેના જઠરને બળવાન થવા દેવું. દરત, હલદી વગેરેમાં માખ આ પ્રમાણે કરવાથી બાળકને લાભ થયા વિના નથીજ રહેતો.

બંધકાશ થવામાં પણ આદારનું વિશેષ પ્રમાણ જ ધારણ હોય છે. ઘણું માતા-પિતાને મન એમ હોય છે કે જેમ બાળકને વિશેષ આદાર આપવામાં આવે તેમ ઠીક. તે તેમને જાણ થએલાં બેચાને ઇચ્છે છે, પણ આ જાણ યાદ નકામી ચરખીથીજ વધે છે જે લાભ કરનાર નથી હોતી પણ હાનિ કરનારજ હોય છે. પોતાનાં બાળકો કેમ પુષ્ટ થઈ જાય, તે કેમ મોટાં થઈ જાય, એમ માતાપિતા ઇચ્છે છે અને તેથી તેમને જેમ અને તેમ વધારે ખોરાક આપે છે; પણ આથી તેમને હાનિજ થાય છે. કુદરતના નિયમેજ બાળકની વૃદ્ધિ થવી જોઈએ. પણ તે પ્રમાણે નહિ થવા દેતાં જે હતાવળ કરે છે તેમને કુદરત પોતાનો નિયમ ભંગ કર્યાને માટે શિક્ષા કર્યા વિના નથીજ રહેતી. બાળક જ્યારે ગર્ભમાં હોય છે ત્યારે તેની વૃદ્ધિ નિત્ય ૩ અંશોળ પ્રમાણે થાય છે. હવે આજ નિયમે જે તેની વૃદ્ધિ થતી રહે તો પાંચ વર્ષમાં તો તેનું શરીર કેટલું એ વજનદાર થઈ રહે. બાળકને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આદાર આપવાથી તથા જે આદાર તેને આપવો જોઈએ તેને ઠેકાણે ખીન્ને આદાર આપવાથી તેના શરીરમાં ચરખી વધે છે. આ ચરખી તેના સ્નાયુઓ ઉપર ફરી વળે છે, અને મૂત્રવિક, યકૃત તથા હૃદય વગેરે અવ્યવસ્થિત ઠાંડી દે છે. આગળ જતાં એવો સમય આવે છે કે કુદરત આ વધારાની ચરખીને કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન કરે છે, અને કોઈ વ્યાધિ થાય છે. કોઈ માણસ અન્યાયથી દ્રવ્ય એકઠું કરે છે અને તે જ્યારે જવાનો સમય આવે છે ત્યારે અન્યાયી એકઠું કરેલું દ્રવ્ય હોય છે તે પણ તેની સાથે ધસકાઈ જાય છે. તેમ જે બાળકોના શરીરમાં ચરખી પ્રમાણ કરતાં વિશેષ એકઠી થએલી હોય છે તે જ્યારે નીકળી જાય છે ત્યારે તેની સાથે જેટલી ચરખીની શરીરમાં જરૂર છે તેમાંથી પણ કેટલીક નીકળી જાય છે, અને સમ સ્થિતિમાં શરીરને આવતાં કેટલોક સમય જાય છે. તેથી-માતા-પિતાએ પોતાનાં બાળકોને અત્યંત જડાં થએલાં બેચાને રાજ થવાનું નથી. ઘણાં બાળકોની આવી સ્થિતિ થોડો વખત રહે છે, પણ પછીથી તે સુકકાકડીજ થઈ જાય છે. સરદી વગેરે આવાં બાળકોને વિશેષ થવાને સંભવ હોય છે. તેમજ તે સ્વસ્થ પણ વિશેષ રહે છે. બાળકોનાં શરીરમાં નકામી ચરખી નથી હોતી તે જરા પાતળાં હોય છે પણ તે નીરાશ રહે છે અને મોટી વયમાં પણ તેજ પ્રમાણે નીરાશ રહે છે. મોટાં મનુષ્યોમાં પણ જેમનામાં વિશેષ ચરખી હોય છે તેમના સંબંધમાં પણ આ પ્રમાણેજ હોય છે, તેમને ધી, ખાંડ વગેરે વધારો વિશેષ ખાવા જોઈએ છીએ અને તેને લીધે તેમને જંબકાશ રહે છે, અચળ થાય છે, તથા તેમનો ખોરાક પણ-ઓછો થઈ જાય છે. આ મનુષ્યો કહે છે કે અમે ઘણું જોઈએ ખાઈએ છતાં અમારા શરીરમાં ચરખી કેમ વધે છે? પણ તેમના શરીરમાં ચરખી વધવાનું કારણ એ હોય છે કે તે ચરખીને વધારનાર ખોરાક વિશેષ ખાય છે અને તેજ તેમને વિશેષ પ્રિય હોય છે.

ખીલાડી પોતાનાં બચ્ચાને કેવી રીતે ધરાવે છે? તે એક વખત ધરાવતીને પછી જતી રહે છે, જ્યાંથી પાંચ છ કલાકે પછી તે પાછી ફરે છે. આ સમયમાં તેનાં બચ્ચાને દુધ પચી જાય છે અને જઠરને વિશ્રાંતિ મળે છે. ખીલાડીનાં બચ્ચાં તથા ખીજાં પશુનાં બાળકોની

આહાર આપવામાં આવે છે તેમને એકો આહાર-આપવામાં આવતાં છતાં તેમાંથી તેમનું જરૂર પૂરેપૂરું પોષણ મેળવી શકે છે.

જે બાળકોને દુધ ઉપર ઉછેરવામાં આવે છે અર્થાત્ જેમને ધવરાવવામાં નથી આવતાં તેમને કેટલું દુધ કેટલી વાર થઇને આપવું એ જાણવાની જરૂર છે. જો કે સર્વેને માટે કોઈ એકમાત્ર નિયમ હેરાની શકાય તેમ નથી; તોપણ સાધારણ રીતે આ સંબંધમાં આ પ્રમાણે વ્યવસ્થા રાખવાને અડચણ નથી. છ મહિનાના બાળકને આખા દિવસમાં થઇને સવાશેરને આસરે દુધ આપવું. આ એકદમ નહિ આપવું પણ દિવસમાં ચાર પાંચ વાર થઇને આપવું. દિવસેજ તેને આ દુધ પાઈ દેવું, રાત્રે બીજકુલ આપવું નહિ અને તેને શાંતિથી સૂતા દેવું. દિવસે પણ બાળક ઉઘતું હોય અને તેને દુધ પાવાનો કે ધવરાવવાનો સમય થયો હોય તો પણ તેને જગાડવું નહિ, પણ ઉઘવા દેવું. જરા વધારે વખત બાળક સૂત રહે છે તો ધણી માળાપ મોટી ચિંતામાં પડી જાય છે અને તેને જગાડે છે, ત્યારે તેમને એન પડે છે. આ પ્રમાણે બાળકને ઉઘમાંથી જગાડવાં એ મોટું પાપ છે. તેમને યથેચ્છ ઉઘવા દેવાં જોઈએ, નહિ તો એટલી મોટી લાંબી રાત શી રીતે નીકળી શકે ? આ પણ તેમનું માનવું અચાનકરું છે. ઉઘથી જેટલું પોષણ તથા જેટલું જળ બાળકને મળે છે તેટલું ખાવાથી નથી મળતું. બાળકને કે મોટા મનુષ્યને દિવસમાં દસ વાર ગમે તો ખાવાનું આપો પણ જો તેમને તમે ઉઘવા નહિ દો તો તે મરી જશે. મનુષ્યો ઉઘમાં કેટલું પોષણ મળે છે તે જાણતાં નથી. મોટાં બાળકને પણ રાત્રે ખવરાવવાને માટે ઉઘમાંથી ઉઠાડવાં નહિ. તે બુખ્યાં હોય તો બુખે પેટેજ તેમને સુઈ જવા દેવાં અને સવારે ઉઠે ત્યારે તેમને ખાવાનું આપવું. માતમાં કે બીજે ઠંડાણે જ્યારે જપાનું હોય છે ત્યારે ધણી બાળકો ઉધી જાય છે પણ આ બાળકોને પરાણે પરાણે પણ ઉઘમાંથી ઉઠાડીને માતાપિતા ખવરાવે છે ત્યારે જાણે છે. તે બુખ્યાં સૂત રતાં હોય છે તેથી માળાપનો છવ જળાને ખાખ થઇ જાય છે, અને જાણે બુખ્યાં સુઈ રહે તો શીએ મોટી હાનિ થઈ જશે એગ તે માને છે. પણ બાળકોને બુખ્યાં સુઈ જવા દેવાથી કેંદજ હાનિ થતી નથી, પણ ઉઠડો લામજ થાય છે. મોટાં મનુષ્યોને પણ આજ પ્રમાણે લામ થાય છે. તેમણે પણ રાત્રે પેટ તણતુમ કરીને સુઈ જવું નહિ, કારણકે તેથી ઉઘમાં વિરોધ થાય છે અને જે ઉત્તમ વિશ્રાંતિ મળવાની હોય છે તે મળતી નથી.

બાળકોને પ્રમાણ કરતાં વિશેષ ખવરાવવામાં આવવાથી તે બુખે મરી જાય છે. વિશેષ ખવરાવવામાં આવતાં છતાં બુખે મરી જાય છે, એ સામાન્ય વાચકોને આશ્ચર્ય થવા પિના નહિજ રહે, પણ વસ્તુતઃ તેગજ થાય છે કારણ કે પ્રમાણ કરતાં વિશેષ આહાર બાળકોને આપવાથી તેમનાં જરૂર મંદ પડી જાય છે અને તેથી જે આહાર જરૂરમાં જાય છે તેમાંથી તે પોષણ મેળવી શકતાં નથી. અને તેથીજ તેમને વારંવાર ખાવાનું આપવા છતાં તે શરીરે કૃષ્ણ રહે છે, અને તેમના શરીરમાં લોહી તથા છત્તનની રુદ્ધિ થતી નથી અને તેથી તે મરણ પામે છે. મોટા મનુષ્યોના સંબંધમાં પણ આમજ થાય છે. ધણી મનુષ્યોને આપણે જમતી વખતે જોઈએ છીએ તો તે ચાર પાંચ કે આઠ દસ લાડુ કે તેટલુંજ બીજું જમી જાય છે, છતાં તેમનું શરીર જોઈ હોય તો કૃષ અર્થાત્ સુકાયેલું હોય છે; આ મનુષ્યો જેટલું જમી છે તેટલું જો તેમના શરીરમાં પચી જતું હોય તો તેમનું શરીર ઉગમ આરોગ્યવાળું હોવું જોઈએ, પણ તેમનું નથી અને તેમનાં જરૂર પણ બુખેજ પડે છે.

यस्मिन् देशे हि यो जातः तज्जं तस्यौषधं हितम् ॥  
स्वदेशीना आग्रह ओ दशनी भात्री सेवा छे.

गुणकारक, किशयत અને શાસ્ત્રોક્ત દવાઓ, પૂર્ણસત્વ અને  
શુદ્ધિ જળવાઈ રહે તેવા સંચાઓથી, ઉત્તમ, તાજ  
અને ખરી વનસ્પતિમાંથી તૈયાર કરનાર

## મુંડુ ડા.મી.સ્યુટિકલ વર્કસ.

એલફીન્સ્ટનરોડ, મુંબઈ.

અમારી દવાઓની ખાતરી વૈદ્યો અને ડાક્ટરોએ વાપરીને  
કરેલી છે તેમાંની કેટલીએક જેવી છે:—

વાસલેક, થાંસીની ઉત્તમ દવા. ૧ રતલની કી. ૦-૧૦-૦.

જૂકતમ્બુલ્લાદિ કવાય-પ્રવાહી રક્ત શુદ્ધિ માટે અકસીર.

૧ રતલની કી. ૩-૧-૦-૦

તાવની ગોળી. મેલેરિયા અને ખીલ ટાલીયા તાવને તાત્કાલિક મટાડનાર

૩૨ ગોળીની કી. ૩. ૦-૮-૦.

## આયુર્વેદ વિજ્ઞાન.

(વૈદાના વિવિધ વિષયો શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચિતું માસિક.)

આરોગ્ય સંબંધી તથા વૈદક સંબંધી સામાન્ય જ્ઞાન મેળ-  
વવાની માણુસ માત્રની ફરજ છે.

આયુર્વેદ જ્ઞાન મેળવવા માટે સારામાં સારું સાધન માસિક છે.

શુભગતના ઉત્તમ લેખકોના લેખોથી ભરેલું આ માસિક દરેક ગૃહસ્થને વાંચવા  
લાયક છે.

વાર્ષિક લવાજમ, માત્ર રૂ. ૧-૮-૦.

મુંબઈની મુખ્ય ડીપો:

જાની મહાનગર વાડી, કાલ્યાદેવી રોડ. તારતુ શીરનામું:—મુંડુ મુંબઈ.

ટેલીફોન નં. ૨૨૦૮.

કારખાનાનો ટે. નં. ૨૨૦૮.

પ્રાઈસલીસ્ટ માટે ઉપરને શીરનામે લખો.



# ધણીજ ગુણકારી દેશી માત્રા.

“ અપૂર્વ માલિની વસંત. ”

વર્તમાનકાળમાં ધાતુક્ષીણતા શરીરની અગતિ, અને મગજની તબજાઈ એ પ્રશ્નમાં ધણીજ ફેલાયેલી છે. આ સર્વેને બહુજ સારી અને નિર્દોષ રીતે મટાડવા માટે તથા અરુચિ, અપચો, મંદાગ્નિ, પાંડુ, ચહેરાની ફીક્કાશ વગેરેને સતત દૂર કરી, શરીરમાં લોહીનો વધારો, વીર્યવૃદ્ધિ, સુખપર લાલી અને તેજસ્વીતા, મગજની પ્રવૃત્તિ અને બદનની તાકત પ્રાપ્ત કરવા માટે આ અપૂર્વ માલિની વસંત અદ્વિતીય છે. ઉચામાં ઉચી કરતુરી, અખર, શુદ્ધ મહાપ્રુટી અબ્રક મરમ, સુવર્ણ, રૂપ ઇત્યાદિ અતિ મોંઘી ચીજો મોટા પ્રમાણમાં મેળવીને યથા-ભાગ્ય અમૃત્ય માત્રા બનાવવામાં આવેલી છે. વૈધકના લાંબા અનુભવ ઉપરથી “ ધન્વન્તરિ ” ના તત્ત્વો આ માત્રા બનાવેલી છે. અને ગત પચીસ વર્ષથી હિન્દો દેશીઓપર અજમાવી અજખ ફાયદો અનુભવેલો છે અને સખ્યાબંધ સર્વિશ્વકેટા મેળવેલા છે. આ વસંત ઋતુની મોસમમાં પોતાના તન મનને તર બનાવના છુટનાગઓએ અન્ય વસાણાને બદલે અગર તેની સાથે આ માત્રાનો જ ઉપયોગ કરી એવો એવી અમારી ખાસ ભલામણ છે. કીમત સોનાનો વરક ચાંદેરી ગોળીઓ તોલા એકના રૂપીઆ બાર અને ચાંદીના વરક ચાંદેરીના ૨. દળ. વી. પી. અને ટપાલ ખર્ચ બુદ્ધ. બીજા દેશી વૈદ્યોને ત્યાંથી વીસ પચીસ રૂપીએ તોલાના લાવથી મળતી વસંત માલતીની ગોળીઓ કરતાં પણ આ માત્રા ધણીજ ચડીઆતી છે એમ અનુભવથી ખાત્રી થયા વિના રહેતી નથી. માત્રા એકથી બે ગોળી. સાધારણ અનુપાત ઠંડાયેથી સાકર નાંખેલું આશરે અરધો તેર દૂધ ગોળી ચાવી જઈ ઉપર પીવું. નાગરવેલના પાનના બીડામાં લેવી હોય તો એક એક ગોળી વાપરવી, જેથી લાંબા વખત સુધી સુખ સુવાસિત બને છે. કરી હોય પણ જાતની પાળવાની નથી. પોતાના શરીરની હકીકત લખી મોકલનારને ખાસ અનુપાત અને બીજી સલાહ મફત લખી મોકલવામાં આવશે.

મળવાનું ઠેકાણું.—

બોગીલાલ ત્રિકમલાલ વઘીલ.

અધિપતિ “ ધન્વન્તરિ. ”

“ ગુ. વિસ્તરગર (ઉત્તર ગુજરાત.) ”

September, 1918.  
Vol. XI, No. 9.

श्री

Reg. No. B. 770.

धन्वन्तरि.

DHANVANTARI.

Monthly Review of Health, Happiness & Naturopathy.

વેદક, વિજ્ઞાન, વિનાદ અને "નૈચરેપથી" વિષેનું માસિક પત્ર.

પુસ્તક ૧૧ મું.]

સપ્ટેમ્બર ૧૯૧૮.

[અંક ૯ માં.]

આયજર્ણાવક:-ડૉક્ટર મંજુલાલ, એમ. સી. પી. એમ., એમ. સી. એચ. સી. (કલકત્તા.)

પ્રકાશક અને તંત્રી:-મોગીલાલ ત્રિકમલાલ વકીલ, એફ. એ. વી. યુ.  
વિસનગર (ડ. ગુજરાત.)

Published by:-Bhogilal T. Vakil, F. A. V. U.  
Visnagar (N. Gujarat. India.)

વાર્ષિક લઘાજમ રૂ. ૨) પુસ્તક અંક ૪ આના, Annual Subscription Rs. 2

Health, brightest visitant from heaven,  
Grant me with thee to remain!  
For the short term by nature given,  
Be thou my constant guest!  
For every joy that warms our hearts,  
With thee approaches and departs.

# વિષયાનુક્રમણિકા.

## વિષય

પૃષ્ઠ.

૧. મહોટાઇ-હિન્દુઆધિપતિ મેળવસનો માર્ગ ( ઇંગ્રેજી કાવ્ય )...	૨૫૭.
૨. વિશ્વઆપી અમેદ ( ઇંગ્રેજી કાવ્ય )...	૨૫૮.
૩. વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર ...	૨૫૯.
૪. મરણ અને રોગનું પ્રમાણ શાથી વધે છે ?...	૨૬૪.
૫. જાળકોને ઉઘેરવા તથા સાળાં રાખવા સંબંધી કેટલીક મૂલ્યનાઓ. . .	૨૬૮.
૬. પ્રાણ અને પ્રાણાવાય ...	૨૭૦.
૭. અનુભવી જ્ઞાઓ. . .	૨૭૩.
૮. સુવાસાગર ...	૨૭૫.
૯. સુવાવકું આરોગ્ય, માવજત અને જાળમરણની અટકાવત. ...	૨૭૯.
૧૦. મૈથ રીકાર ...	૨૮૫.
૧૧. સુસ્થા. . .	૨૮૬.

વાંચો !

મંજાવો !!

વાંચો !

## આજે પાંચ વરસ-થયાં

આખા જીવનમાં, કુચ, કાઠીઆવાડમાં નીકળતું એક જ માસિક

## ખેતિવાડી વિજ્ઞાન.

જેમાં રેન્યુકેશન કેવી રીતે વધારવી, નવા જમીન કેવી રીતે બનાવવા, જુદી જુદી સાકરનાં વાવેતર ક્યારે અને ક્યાં મોમમમાં કરવાં, ખેડુનોએ થોડું ખર્ચ કરી ઉપજ કેમ વધારવી, વિગેરે વિગેરે વિષયોથી ભરપૂર આ એક જ માસિક ૫૧ છે. નમુનાનો અંક મળ્યા વગરથી મફત મોકલવાનાં આવે છે. વાર્ષિક લગભગ રૂ. ૨-૦-૦ જે રૂપીઆ રાખવામાં આવેલ છે. લાયકેરીને રૂ. ૧-૮-૦ દોઢ રૂપીઆનાં લગભગથી આપીયું. માટે નમુના વાસ્તે તુરત લખો:—

રૂપગત અમારા તરફથી ખેતિવાડીને લગતાં પુસ્તકો પણ બહાર પડ્યા છે. જેની પહેલી આશુતિ ખપી જવાથી બીજી આશુતિ છપાએલ છે. વિગેરે દ્રશ્યકન માટે લખો:—

“ખેતિવાડી વિજ્ઞાન” મંદિર.

લીંબડી—કાઠીઆવાડ.

# धन्वन्तरि.

## SHRI DHANVANTARI.

धन्वन्तरि धृतकरामृतपूर्णकुम्भं पीताम्बरं सकलसिद्धसुरेन्द्रवन्द्यम् ॥

वन्देरन्विदमयतं मणिमाल्यमायुर्वेदप्रवर्तकमनुस्मृतिरोगनाशम् ॥

दायमां अमृतयो वरेयो कुंभ धारण करी रहेवा, पीणा वस्त्र परिधान करनारा, सर्व सिद्ध सुरेन्द्रये पण्ड वन्दन करवा लायक, कम्भ सरणां नेत्रवाणा, मणिमाला भेरी रहेवा, आयुर्वेद अष्टये वैद्यशास्त्रना प्रवर्तक, अने वणी जेमना नाभनुं स्मरण (अनुस्मृति) करवायी देश मात्र नाश पावेछ, जेना श्री धन्वन्तरि बगवानने नमन कर छु.

“Mens sana in corpore sano” “पण्डितुं सुख ते जाते नयां.”

पुस्तक ११ भुं.]

सन् १९१८.

[अंक ६ भा.]

## The Road to Greatness.

(By EDWARD EARLE PURINGTON).

Plan while others sleep,

Work while others play ;

Think while others talk,

Act while others doubt.

Play while others revel,

Fast while others surfeit ;

Dream while others mock,

Dare while others fear.

Fight while others flinch,

Plod while others waver,

Lift while others lean,

Bend while others break.

Stand while others fall,

Wait while others fret ;

Prove while others preach,

Aim while others scatter.

Hope while others mourn,

Laugh while others frown ;

Love while others misconstrue,

and

Forget to seek happiness or to ask reward.

## Unity.

All are but parts of one stupendous whole;  
 Whose body Nature is, and God the soul,  
 That, chang'd through all, and yet in all the same,  
 Great in the earth, as in th' ethereal frame,  
 Warms in the sun, refreshes in the breeze,  
 Glows in the stars, and blossoms in the trees,  
 Lives through all life, extends through all extent,  
 Spreads undivided, operates unspent;  
 Breathes in our soul, informs our mortal part,  
 As full, as perfect, in a hair as heart;  
 As full, as perfect, in vile Man that mourns,  
 As the wrapt Seraph that adores and burns:  
 To him no high, no low, no great, no small:  
 He fills, he bounds, connects, and equals all,

... ..  
 ... ..

All Nature is but Art, unknown to thee;  
 All Chance, Direction, which thou canst not see;  
 All Discord, Harmony not understood;  
 All partial Evil, universal Good:  
 And, spite of Pride, in erring Reason's spite,  
 One truth is clear, **WHATEVER IS, IS RIGHT.**

... ..  
 ... ..

God loves from Whole to parts: but human soul  
 Must rise from individual to the Whole.  
 Self-love but serves the virtuous mind to wake,  
 As the small pebble stirs the peaceful lake;  
 The centre mov'd, a circle straight succeeds,  
 Another still, and still another spreads;  
 Friend, parent, neighbour, first it will embrace:  
 His country next; and next all human race;  
 Wide and more wide, th' o'erflowings of the mind  
 Take ev'ry creature in of every kind;  
 Earth smiles around, with boundless bounty blest,  
 And Heav'n beholds its image in his breast.

—Pope.

## વૈદ્યકીય પ્રશ્નોત્તર.

( લેખક:—ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ. ઇ., એન. ડી. )

[ અનુમંધાન પૃષ્ઠ ૨૪૪ થી. ]

ઉપ. પ્રશ્ન:—શું આપણે દર વર્ષે એક સરખી રીતે વધતા જમણે છીએ કે અંગવૃદ્ધિનું પ્રમાણ જુદા જુદા વખતે આપણે વધારે હોય છે?

ઉત્તર:—જેશક, આપણે વધતા હોય છે. પ્રથમ તો, કોઈ પણ પ્રકારની મદિગીની અસર આપણી શક્તિ ઉપર થાય છે, એટલે કે સાધારણ રીતે મદવાડમાં આપણે પ્રમાણમાં બહુ યોગ્ય વધી શકીએ છીએ. પરંતુ કેટલાક રોગોમાં શક્તિનું પ્રમાણ અસ્વભાવિક રીતે વધી પણ જાય છે. અને આવી રીતે મદવાડવાળા વર્ષમાં આપણો વધારો નિયમસર કે માપબદ્ધ રહેતો નથી. પણ મદિગીનો અપનાદ બાદ કરીએ, અને કોઈ પણ રોગ કે મદવાડ સિવાય એક સરખી તંદુરસ્ત જીવન જોગવા આપણે બાંધણીમાં હોઈએ, તો પણ આપણી અંગ-શક્તિનું પ્રમાણ ધણું જ ફેરફારવાળું હોય છે. છાંદસ તેમજ છાંદસીઓ બનતો, પણ ખાસ કરીને છાંદસીઓ, ખીંચ કોઈ પણ વય કરતાં આશરે ચૌદવી સત્તર વર્ષની ઉંમરની વયમાં વધારોમાં વધારે અંગવિકાસ થાય છે. માણસની ઉંચાઈનો વધારો મોટે ભાગે, લગભગ બધો, પગનાં હાડકાં લાંબાં થવાને લીધે થાય છે. અને તેથી જુદાં જુદાં મનુષ્યો વચ્ચેની ઉંચાઈનો તફાવત તેમના લાંબા અંગર દુકા પગને લીધે જ હોય છે. આ કારણથી જ્યારે મનુષ્યો એકલાં-લોય છે ત્યારે તેમની ઉંચાઈમાં કેટલો કેટલો તફાવત હશે તે આપણે કહી શકતા નથી, પગનાં હાડકાં પોતાના બને છે એટલે જમાએ હાડકાંનાં, નવાં તરફનાં વધારીને પોતે લાંબાં થતાં જાય છે, અને તે રીતે માણસની ઉંચાઈ વધે છે. અરાધ વર્ષની વય પછી આ ક્રિયા ધણેખરે સ્થગે બંધ પડે છે, અને જે કોઈ એકાદ બે જગ્યાએ તે ક્રિયા ચાલુ રહે તેના ઉપરજ આપણી ઉંચાઈ વધવાનો આધાર તે ઉમર પછી રહે છે. કેટલાક લોકો તો અરાધ વર્ષના, વય પછી, મુલ્યે અંગવૃદ્ધિ કરી શકતા નથી. ચોક્કસ વર્ષ પછી તો, મૂર્ત પ્રકૃતિનાં અંગ વિકાસ અટકી જાય છે, અને તે પછી હાડકાંની લંબાઈ હમેશાં ગાંઠે નિશ્ચિત થઈ જાય છે. આટલા માટે આપણામાં કહેવત છે કે “સોજો સાન અને વીશે વાન.”

ઉપ. પ્રશ્ન:—આપણાં શરીરમાં ગરમાવો શાથી રહે છે? તે ગરમી ક્યાંથી આવે છે?

ઉત્તર:—રાત દિવસ સતત જળવાની ક્રિયા જે આપણાં શરીરોની અંદર આત્માજ કરતી હોય છે, તેને લીધે આપણાં શરીરો ગરમ રહ્યા કરે છે. આવી રીતે કેટલી બધી ગરમી આપણા શરીરોની અંદર ઉત્પન્ન થયાજ કરતી હોય છે, તેનો ખ્યાલ બરાબર આપણને આવી શકતો નથી કારણ કે પ્રતિજીવે કેટલી બધી ગરમી આપણાં શરીરમાંથી ઉડી જતી હોય છે તેનું આપણને માન નથી. આવી રીતે હવામાં અને આસપાસની સ્થિતિમાં ગરમી આપણા શરીરમાંથી નિકળીને જતી ન રહેતી હોય તો થોડાક જગ્યાએ આપણે ખજખજ ઉકળતા પાણી જેટલા ગરમાગરમ બની જઈએ. આપણે જે ખોરાક હમેશાં ખાઈએ છીએ તે ખોરાક બળતણ તરીકે વપરાવાથીજ આ ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે. આપણે

આસમાં હરખડી જે ઝોડસીજન નામનો પ્રાણુવાયુ લેખએ છીએ તે વાયુની સાથે ખોરાકનાં તત્ત્વોનું રાસાયણિક મિશ્રણ થતું એજ બળતણની ક્રિયા છે. આ બળતણની, એટલે કે શરીરમાં ગરમી ઉત્પન્ન કરવાની, ક્રિયા મોટે ભાગે શરીરના રનાયુઓમાં અને શરીરની અંદરની મોટામાં મોટી ગ્રંથિ જે યકૃત—Muscles and Liver—તેમાં થાય છે. રનાયુઓ એટલે “મસલ્સ” અને યકૃત એટલે ક્લેષ્ઠું કે “લીવર” અને આપણે એક રીતે શરીરના ચુલા કહીએ તો ચાલે, અને તેમાં ખાંડ-ગોળ-મધ-જેવા મીઠાસવાળા અને ધી-તેલ જેવા સ્તિગ્ધતાયુક્ત પદાર્થો બળતણ રૂપે બળે છે. જ્યારે શરીરના રનાયુઓને સંક્રિયાને આપણે કામ કે પરિશ્રમ કહીએ છીએ, ત્યારે વધારે પ્રમાણમાં ગરમી પેદા થાય છે, આ કારણથીજ મહેનત કર્યા પછી આપણાં શરીર ગરમ થયેલાં સ્પષ્ટ રીતે જણાય છે. શરીરને બહુ ઠંડી ન લાગે, અગર તાઢ ન વાય, મોટે કષ્ટનું કંઈ કામ કરવું, પણ સુરત બેસી ન રહેવું એ સારામાં સારો ઉપાય છે. પરંતુ આપણે કેવળ નિષ્ક્રિય થઈ પડ્યા રહ્યા હોઈએ તે વેળા પણ અસુક પ્રમાણમાં તો ગરમી આપણા શરીરમાં પેદા થતીજ હોય છે. વળા બધો વખત યકૃત-લિવર ગરમી પેદા કર્યાજ કરતું હોય છે, એ વાતનો એક પ્રત્યક્ષ પુરાવો એ છે કે જે લોહી યકૃતમાં દાખલ થતું હોય છે, તેના કરતા યકૃતમાંથી બહાર નિકળતા લોહીમાં ધણીજ વધારે ગરમી રહેલી હોય છે. શરીરના બધા ભાગ જે કે એક સરખા પ્રમાણમાં ગરમી પેદા કરતા નથી છતાં રૂધિરાબિસરણ એટલે લોહીના સતત શરીરમાં ફરતા રહેવાની ક્રિયા, વડે શરીરના સર્વ ભાગ સરખા પ્રમાણમાંજ ગરમ રહ્યા કરે છે, કારણ કે શરીરમાં ફરતું લોહી યકૃત જેવા સૌથી વધારે ગરમ ભાગમાંથી વધારેની ગરમી લેઈ લઈને આંગળા જેવા સૌથી વધારે ઠંડા શરીરના ભાગોતે તે પહોંચાડે છે.

૭૭. પ્રશ્ન:—વિચારના કરતાંયે વધારે ત્વરિત ગતિ બીજા કોઈની હશે ?

ઉત્તર:—“વિચારની ઝડપે” એમ આપણે પશુચાર બોલીએ છીએ, પરંતુ ખરી રીતે વિચાર એ કાંઈ વધારેમાં વધારે જલદ કે ત્વરિત ચીજ નથી. આપણે જ્યારે વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે મજ્જતંતુના પ્રવાહો ( “ નર્વ કરન્ટ ” Nerve-currents ) મગજની અંદર રહેલા તંતુઓમાં આમથી તેમ વહેવા લાગે છે. આથી કરીને જે વિચારની ગતિ કે ઝડપ આપણે માપવી હોય તો તેમ કરવાનો સારામાં સારો માર્ગ તો મજ્જતંતુઓમાં થઈને ચેતન પ્રવાહો-નર્વ કરન્ટ-કેટલી ઝડપે વહે છે તેનું માપ કાઢવું. પરંતુ મનુષ્યના મગજની અંદર ચાલતા આવા પ્રવાહોનું માપ કાઢવાનું તો બની શકે તેમ નથી. પરંતુ હાય અથવા પગમાં આવેલો એકાંદ લાંગામાં લઈને ચાનતંતુ-નર્વ-આપણે પ્રયોગ માટે પસંદ કરીએ અને પછી અંતિ સૂચક વિદ્યુત યંત્રો કે વિજ્ઞાનક ધડીયાળોની મદદથી આપણે એ માપ કાઢી શકીએ છીએ કે તે ચાનતંતુ ચાન અથવા ચેતનાનો પ્રવાહ કેટલી ઝડપે વહી જઈ શકે છે. આ રીતે પ્રયોગો કરીને તપાસતાં માણસ પાડ્યું છે કે એક પૂર્ણ વેગવાળી એક્સ્પ્રેસ ટ્રેનના જેટલીજ ( આગરે કલાકના એકસો છતીસ માઈલની ) ઝડપે ચાનતંતુના પ્રવાહો પણ વહે છે. પરંતુ આટલી ઝડપ તે કાંઈ મનુ ન કહેવાય. પૃથ્વીની હથેશની ગતિની સાથે સરખાવતાં વિચારની આ ગાંધેવી ઝડપ ઘણીજ મોટી લાગે છે, અને પ્રાસની ત્વરાની સાથે સરખાવતાં તો તે તદ્દન નજીવી અને મંદવાના અવતાર રૂપ દેખાય છે. આથી કરીને “વિચારને વેગે” એમ કહેવા કરતાં “વિજ્ઞાનને વેગે” એમ કહેવાથી લાખો અને કરોડો ગણી વધારે ત્વરા આપણે સચવી શકીએ છીએ. ઉપર કહ્યા પ્રમાણે

દાથ અથવા પગમાંના ચાનતંતુમાં વહેતા ચેતન પ્રવાહની ગતિ માધ્યા પછી બીજા એક પ્રયોગ કરવાની જરૂર છે. દાખલા તરીકે, દાદ અને વાદળો એ એ રંગો વચ્ચેના તફાવત પારખતાં મનુષ્યને ઓછામાં ઓછો કેટલો સમય લાગે છે તેનું માપ કાઢવું જોઈએ. કારણ કે માણસને લાલરંગ જોઈને પારખતાં અમુક પ્રકારનું કામ કરવું પડે છે, અને વાદળો રંગ જોઈને ઓગળતી વખતે બીજા પ્રકારની ક્રિયા કરવી પડે છે. આ કામમાં એક સેકન્ડનો કેટલા સોમો અંશ રોકાય છે તે આપણે જાણી શકીએ, અને આ વખતમાંથી પ્રવાહને મગજ સુધી અને મગજ તરફથી વહેતાં જે વખત લાગ્યો હોય તે (પ્રથમ કાદેલા માપને આધારે) ખાદ કરવાથી બાકીનો જે વખત રહે તે મગજમાં જ પર્યાપ્તો અર્થાત વિચાર-મગજ રોકાયેલો ગણાય. આ બધા ઉપરથી આપણે એવા અનુમાન ઉપર આવીએ છીએ કે વિચાર એ કાંઈ બહુ જલદ કે ઝડપવાળી વસ્તુ નથી. છતાં તેજ વખતે આપણે ભુલવું ન જોઈએ કે ત્વરા કે ઝડપ એજ કાંઈ સર્વસ્વ નથી.

૭૮. પ્રશ્ન:—ઢેલ કેકારવ કેમ કરી શકતી નથી, અને મરથી માટે સાદે “કુકડે કુક” કેમ બોલતી નથી?

ઉત્તર:—પક્ષીઓ વિશે તપાસ અને અભ્યાસ કરતાં આપણને એક સાધારણ નિયમ એવો મળ્યો છે કે મોટે ભાગે નરનેજ બહુ સુંદર રંગનાં પીંછાની શામા અને ગાંધ શદાય તેવો મધુર કંઠ મળેલો હોય છે. માદા પક્ષીઓને ઘણું ખડું ઝાંખા રંગનાં પીંછાં હોય છે, અને તેમના કંઠ પણ નરપક્ષીના જેટલા મીઠા હોતા નથી. નરને આ રીતે દેખાવમાં અને ઝાંખામાં અધિક આકર્ષક બનાવવામાં કુદરત કે ઈશ્વરનો હેતુ માદાઓના સમુદ્ધમાં તેમને આધિપત્ય કે ઉપરીપણું ભોગવતા બનાવવાનો જણાય છે. પ્રાણીઓમાં મોટે ભાગે માદાઓજ પોતાને સારામાં સારી રીતે પસંદ પડતા નરને પતિ તરીકે સ્વીકારે છે, અને આથી પસંદગીમાં તંદુરસ્તી, બળ, શૈર્ષ, વીર્ય, અને સૌંદર્યનેજ ખાસ અગત્ય આપવામાં આવે એ સ્વાભાવિક છે. મનુષ્ય જાતમાં પણ લગ્ન વખતે પૈસા, અને કહેવાતા કુંજ, અને ગાંધાપોના નીચ સ્વાર્થને અગત્ય આપવાને બદલે વધારે નહિ તો પ્રાણીઓના જેટલું પણ કદાપણ વાપરવામાં આવે તો મનુષ્યજાત દાદમાં છે તેના કરતાં વધારે સારી સ્થિતિએ આવશ્ય પહેંચે. કોઈક કહેશે કે મરથાના “કુકડે કુક”માં મીઠાસા કે સંગીત જેવું કંઈજ નથી. અને કોપલ, મેના, છુત્તપુલ જેવાં પક્ષીઓના કંઠ સાથે મરથાપત્ની મરથાનો અવાજ કંઈક લાગે છે, એમ કહ્યું કર્યા વગર આવે તેમ નથી. પરંતુ રાજના મહેલ જોઈ લોકો પોતાનાં નાનાં ઘર પાડી નાંખતા નથી, તે પ્રમાણે બીજા પ્રાણીઓના સાદ વધારે સારા હોય તેથી કાંઈ મરથાએ ગાવાનું બંધ કરવું જોઈએ એમ કરવું નથી, તેમજ મરથી કે કુકડીને તે ઓછું આશ્વાસ લાગતું નથી. આપણુ મનુષ્યોમાં પણ સાફ સંગીત કયું કહેવાય તે વિશેના અભિપ્રાયે જુદી જુદી પ્રજાના જુગ જુદા હોય છે. દાખલા તરીકે વિશાખતના સારામાં સારા સંગીતને સાંભળીને આપણે અદિના મનુષ્યો હસે છે; અને તેજ પ્રમાણે અજેના સારામાં સારા ગવેવાનું સંગીત સાંભળી પશ્ચિમના સામાન્ય મનુષ્યો આશ્ચર્યથી પુછે છે કે આમાં સંગીત જેવું શું છે? આ રીતે સાફ સંગીત કેને કહેવું તે વિશે પોતાનો સ્વતંત્ર અભિપ્રાય બાંધવાને જેમ દરેક વ્યક્તિને હક છે, તેમ મરથીને પણ પોતાના પતિના સંગીત વિશે જોયો અભિપ્રાય બાંધવાની આપણે છુટ આપવી જોઈએ.

૭૯. પ્રશ્ન:—જો ચાકળો ‘ઓકસીજન’ (પ્રાણવાયુ)જ આપણને શ્વાસમાં લેવાને મળે તો તેથી આપણે મરણ પામીએ તેનું શું કારણ હશે?



ઉત્તર:—તકંશાસ્ત્રીઓ જેને “બેવડો સવાલ” કહે છે તેવો તમારો પ્રશ્ન છે, અને “તમારી સ્ત્રીને માર આરવાની કુરેવ તમે હવે છોડી દોધી છે કે નહિ?” એવા એક વગીસે સાક્ષીને પુછેલા સવાલનું તે સ્મરણ કરાવે છે. વધીને આ પ્રશ્ન પુછતી વખતે “તમે તમારી સ્ત્રીને કાંઈ પણ વખતે મારી છે?” એવા એક ખીમ પ્રશ્નનો જવાબ હકારમાં મળેલો માની લેઈ ઉપરો સવાલ પુછ્યો હતો તેજ પમાણે “શુ ચોક્કસો આક્રમીન મળ્યું નિષ્ફળવે છે?” એવા એક પ્રથમ પ્રશ્નનો જવાબ હકારમાં મળેલો તમે માની લેધને આ પ્રશ્ન પુછ્યો છે, પરંતુ સત્ય વાત તો એ છે કે ચોક્કસો આક્રમીન શાસમાં લેવાનાથી મરણ નિષ્ફળ નથી. ઉપરુ માદા મનુષ્યોને જો ચોક્કસો આક્રમીન કવાકો સુત્રી શાસમાં લેવાનો મળે તો તેથી તેમને ઘણાજ લાભ થાય છે એટલુંજ નહિ પણ કેટલીક વાર તેમનું મળ્યું નિષ્ફળ અપે છે. આના કામ માટે તો આક્રમીન વાયુ આખી દુનિયા પર દરરોજ વપરાય છે કાંચુકે સાધારણ કવા કે જેની અદર માત્ર પાચમો ભાગજ આક્રમીન વાયુ રહેલો છે તેના ખૂમ ઉગ્ર કે ઉતાવળા શાસોન્દ્રીસ લેધને જરૂર જોડો પ્રાણનાથ વરીરને જોજો પુરો પાડી શકતા ન હોય અને તે કારણથી જેમનું મરણ નિષ્ફળની તૈયારી હોય તેવાઓને પણ જો ચોક્કસો આક્રમીન દમમાં લેવાનો મળે તો સમય છે કે તેઓ જીવતા રહી શકે. આક્રમીન નામનો પ્રાણનાથ કેટલો ખમી જીવનાત્મક છે તે વાત આપણે લક્ષમાં રાખીએ તો દોડવાની સરતમાં ઉતરતા મનુષ્યો અને યોદ્ધાઓ ચોક્કસો આક્રમીનને દમમાં લેધને વધારે ઝડપથી કેમ દોડી શકતા હશે તે વાત આપણા સમજવામાં સડજ આવી જાય છે. આક્રમીન વાયુની દોડનારાઓ ઉપરની આ પ્રગરની સારી અસર વિરે જે કે વિદ્વાનો એકમત નથી, અને હજુ ઘણા વધારે પ્રયોગો સંબાળપૂર્વક કર્યા પડીજ આ વાત નિર્નિવાદ રીતે સામીત થશે, તોપણ તે વાત ખરી હોવાનો ઘણો સમય જણાય છે. હવે નિર્નય પ્રાણનાથ તુકસાનકાર છે એવા પ્રચલિત વિચારમાં અમુક સત્યાય તો છેજ. કારણકે આપણું સર્વને કદાચ એકદમ નિર્ભય પ્રાણનાથનાજ વાતાવરણમાં મુકી ગયામાં આવે આ બીજી દૃશ્યે દમમાં લેવાને આપણને મળેજ નહિ તો આપણા બધારણ અને જીવનમાં ખરેખર ઘણો ઉગ્રાત થઈ જાય આપણા મગજ તન્દ્ર ઘણું લોહી ધરી જાય અને તેને પરિણામે મન ઘણું ઉચ્કેરાધને કંઈનું કંઈ થઈ જાય એ પણ બનવાનોજ જણાય છે એક કેવળ તદુસ્ત મનુષ્ય કલાકો કે દિવસો સુધી લાગવામટ ચોક્કસો આક્રમીન વાયુજ શાસમાં લીધા કરે તો તેની શી અમરો તે મનુષ્યના શરીર આ મન ઉપર થાય તે વિષે કંઈ પણ નિશ્ચિત માહિતી કે જ્ઞાન આપણી પાસે હજુ સુધી નથી, પરંતુ તે નજીકના અવિષ્યમાં પ્રાપ્ત થશેજ એ નક્કી છે

૮૦. પ્રશ્ન:—જો આપણી ત્વચા એટલે ચાનડી ‘વોટરપ્રુફ’ હોય છે, તો પછી તેની આરખાર થઈને પ્રસ્વેદ અને લીનાશ કેમ પસાર થઈ શકે છે?

ઉત્તર:—આપણી ચામડી ખરેખર “વોટરપ્રુફ” છે એમાં કંઈજ મરાય નથી, અને તેથી કદાચ આપણે કવાકો સુધી પાણીમાં પડ્યા પડ્યા તપા કરીએ તોપણ આરણ વરી રમાં મુકા પાણી દાખન થઈ ચાલું નથી. જો આપણી ત્વચા વોટરપ્રુફ ના હોત તો જડ વખત સુધી પાણીના ટંકમાં બેસવાનું કે નળીમાં સ્નાન કરવાનું મગ વાળુંજ જોખમમારક થઈ પડત અને આપણા શરીરમાં પાણીથી બનાધને તણવુ થઈ જાય એમ હતા આપણી ત્વચામાં સર્વ સ્નાન અનિ નુકસાન નાખો જિને કેમકારિક રીતે પડેવાં હોય છે, જે નીચે

રહેલી ખરી ત્વચામાં આવેલ પ્રસ્વેદ અધિઓમાંથી નિઃસ્રવિતી સ્વેદનલિપ્તઓનાં મુખ છે. લોહીમાં રહેલ મળને સ્વેદઅધિઓ પકડી લેઇને પરસેવા રૂપે ત્વચાનાં છિદ્રો કે રાંધામાં ઘટ્ટને બહાર કાઢી નાંખે છે. જો આ સૂક્ષ્મ છિદ્રોમાંથી સતત બહાર આવતો પરસેવો સામું દબાણ ન કરતો હોત તો કદાચ બહારનું પાણી આ છિદ્રોમાં દાખલ થઇને સ્વેદનલિપ્તની મારફત અંદર જઇ શકત અને તે ગતિ ચામડી વૉટરપુદ્ધ રહી શકત નહિ; પરંતુ કુદરતની એવી યોજના છે કે બહારનાં પ્રવાહીને અંદર પેસતાં પ્રસ્વેદનું સામું દબાણ અટકાવે છે, અને તેમ છતાં જો કંઈક પ્રવાહી દાખલ થઇ જાય તો પણ સ્વેદઅધિઓ આગળ જતાં માર્ગે બંધ થઇ ગયેલો માલમ પડે છે. આમ છતાં શરીર પર જો આપણે બલામનું તેલ, ઓલીવ ઓઇલ, કૉસ્ટીવર ઓઇલ કે એવીજ બીજી શરીરને પોષણ આપનારી પ્રવાહી ઓઇલ ધરીએ કે જે ઓઇલને સ્વેદઅધિઓ યુક્તી લેઇને શરીરમાં આગળ જવા દેવા ખુંચી હોય તોજ તે ઓઇલ લોહીમાં દાખલ થઇ શકે છે. તે ઉપરાંત વિજળીના પ્રવાહના જોરથી કેટલાક ખાસ સંજોગોમાં ઔષધવાળાં પ્રવાહીઓ ચામડીની મારફત દાખલ કરી શકાય છે. આવા અપવાદો બાદ કરતાં મનુષ્યની ત્વચા તદન વૉટરપુદ્ધ છે એમ વાસ્તવિક રીતે કહી શકાય. પરંતુ આ સંબંધમાં ખાસ અન્ય વાત તો એ છે કે આપણી ચામડી, ઉપર જોઇ ગયાં તે પ્રમાણે, એકજ દિશામાં વૉટરપુદ્ધ છે. કુદરત માતાએ મનુષ્યને જેનાં વૉટરપુદ્ધ કપડાં (ચામડી) આપ્યાં છે તેમાં કપડાં બનાવવા જેટલી આવડત મનુષ્યમાં હોત તો કેવું સાફ! પરંતુ હાલમાં તો મનુષ્યકૃત વૉટરપુદ્ધ કપડાં બને તરફથી વૉટરપુદ્ધ હોય છે એજ ખીણની વાત છે; કારણ કે એક તરફથી વરસાદનું પાણી શરીરને બીજાજતો તે અટકાવે છે તે સારી વાત છે; પરંતુ બીજી તરફથી પરસેવાને બહાર નિકળી જતાં તે અટકાવે છે એ હેરાનગતિ છે, અને તેથીજ વરમાદના દિવસોમાં વૉટરપુદ્ધ કપડાં પહેવાં પછી થોડીજ વારમાં આર્થ્રાઇટિસ ઇન્ફેક્શન અને ધામ વળે છે, તથા બેચેની જન્મી છે.

૮૨. પ્રશ્ન:—આપણા વાળ કે વધેલા નખ કાપતાં આપણને વેદના કેમ થતી નથી?

ઉત્તર:—જ્યારે જ્યારે આપણને વેદનાની લાગણી થાય છે ત્યારે ત્યારે મગજના કોઇ એક ભાગ તરફ સંદેશો લેઇ જતા એક યા અનેક ગાંઠતંતુઓ હોમ પામેલા હોય છે. હવે 'કોર્ટેક્ષ' જેની કોઇ દર્વાં આપણા લોહીમાં ફરતી હોય તો તેની અસરને લીધે મગજમાં રહેલાં વેદનાગ્રાપક 'નર્વમેડલ' નિષ્ક્રિય બની ગયેલાં હોય છે તેથી આપણને વેદનાનું બાન થઇ શકતું નથી. હવે જો કોઇ ગાંઠતંતુને કાપી નાંખ્યો હોય કે જોને લીધે તે તંતુની મારફત ગંદકી મગજને પહોંચી શકે નહિ તો તેવા સંજોગોમાં પણ તે કપાયવા ગાંઠતંતુની અસર નીચે રહેવા બાગને કોઇ કાપી કે બાળી નાંખતું હોય તો પણ આપણને પીડા થતી નથી, અને તેથીજ રીતે કોઇ ભાગમાં ગાંઠતંતુ હોયજ નહિ તો તે ભાગને કાપવા કે બાળવા છતાં પણ ત્યાંના સંદેશો મગજ તરફ ન જઇ શકવાથી આપણને જરૂરે વેદના ઘટ્ટજ શકે નહિ. વાળની બાળનામાં પણ આમજ છે. નીચેની ખરી ચામડી જેમાં વાળના મૂળની સૂક્ષ્મઅધિ આવેલી હોય છે તેમાં ગાંઠતંતુઓ હોય છે તેથી જો વાળને મૂળમાંથી ખેંચવામાં આવે તો ત્યાંના ગાંઠતંતુમાં હોમ થઇ વેદનાનું બાન થાય છે; પરંતુ વાળના મૂળની વાત બાદ કરતાં બહારના વાળમાં મનુષ્યને કે પશુને સુદૃઢ ગાંઠતંતુ મળેલા હોતા નથી તેથી વાળને આપણે કાપીએ, બાળીએ કે છુંદીએ તો પણ તેથી આપણને

જરાએ લાગણી કે દુઃખ જણાવું નથી. નખ પણ વાળના જેવાજ હોય છે, અને તેમના પોતાનામાં મુદ્દલ જ્ઞાનતંતુઓ હોતા નથી. તેથી આગળ વધી આવેલા નખને કાપવા છતાં પીડા થતી નથી. થોડા જગદ વગેરેની ખરીઓ પણ આપણા નખ જેવીજ હોય છે તેથી તે પણ વગર કંઈએ કાપી શકાય છે તથા તેમાં ખીલા ઠોકરી તેને લોહાના નાળ જડી શકાય છે; પરંતુ સાથી નવાઈની વાત તો એ છે કે આપણાં મગજની બહારની સપાટી પર સ્પર્શ કે દુઃખની લાગણી મદલું કરી શકે તેવા કોઈ જ્ઞાનતંતુ હોતાજ નથી તેથી મગજની સપાટીને અડકવામાં આવે અગર તે ઉપર કાપ મૂકવામાં આવે છતાં તેની આપણને ખબર પડી શકતી નથી.

## મરણ અને રોગનું પ્રમાણ શાથી વધે છે ?

સાંપ્રતકાળમાં પ્રત્યર્થમાં ભાતભાતના રોગો જેવામાં આવે છે. આ રોગોનું નિવારણ કરવા માટે વિદ્વાન ડોક્ટરો, વૈદ્યરાજા, હકીમો અને તે સિવાયના સુંદરો ગાંઠડો મળવાથી થતા વૈદો અને જનરલપ્રતીઆઓની સંખ્યાનો પાર નથી. સરકારે સંખ્યાજંઘ હોસ્પિટલો કાઢી છે, અને તેમાં સવારથી માંડીને બપોર સુધી અને સાંજના વખતે સંખ્યાજંઘ લોકોની મેદની દવાખાનામાં ભરાય છે; પરંતુ અકલિક મરણોની સંખ્યા તેમજ મૃત્યુની સંખ્યામાં વર્ષોવર્ષ કમ્યમવધ વધારો થતો જેવામાં આવે છે. દેશમાં ગુન્હા બનતા હોય તે કમી કરવા હોય તો પોલીસ વિગેરેનો સારો જંદોબસ્ત કરવામાં આવે તો ગુન્હાની સંખ્યા ઘટ્યા વિના રહેજ નહિ. તેજ પ્રમાણે જો દવાઓથી દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્ત થતું હોય તો અને રોગનું નિવારણ થતું હોય તો પછી રોગનું અને મૃત્યુનું પ્રમાણ વર્ષોવર્ષ ઘટવુંજ જોઈએ પરંતુ જ્યારે તેમ થતું નથી ત્યારે દવાઓનું પરિણામ નિષ્ફળ નિવડ્યું છે. ત્યારે હવે વિચાર કરવાનો એજ રહે છે કે રોગોનું પ્રમાણ અને મૃત્યુનું પ્રમાણ શાથી વધવા માંડ્યું છે. રોગો ઉત્પન્ન થવાનું કારણ શું છે ? રોગો થતા કેવી રીતે અટકી શકે ? અને તેનું નિવારણ કય રીતે થઈ શકે ?

હવે આપણે પ્રથમ પ્રશ્નનો વિચાર કરીએ કે રોગ શાથી ઉત્પન્ન થાય છે. આ સંજ્ઞા ધીનું પુરેપુરું લખવા બેઠીએ તો ધણો વિસ્તાર થાય તેથી હુંકમાંજ તેનું વિવેચન આપણે કરીશું.

બાળક જ્યારે જન્મે છે તે વખતે તેનાં આંતરડાં અને કોષન ( મોટા નળ ) મજ રહિત હોય છે; પરંતુ જ્યારથી બાળકને ઓપાઝ ખાનપાન આપવામાં આવે છે ત્યારથી તેના આંતરડાં અને મોટા નળમાં કચરો ભરાવા લાગે છે.

અજનું પચન, રક્તની શુદ્ધિ અને ઉત્પત્તિ તથા અભિન્નરણ કરનારી ઇન્ડ્રિઓ એ સર્વ ઇન્ડ્રિયોમાં આપણા શરીરને અત્યંત મદદગારી છે. એ ઇન્ડ્રિયો અનુક્રમે અન્નાશય અને હૃદય છે. અને તેનેજ રોગ થવાની બીજ છે. હાલના વિદ્વાનોનું એવું માનવું છે કે શરીરમાં

\* સાંજવર્તમાનના સપ્ટેમ્બર સન ૧૯૧૮ના પહેલીના અંકમાં પાન ૧૩૧ ઉપર અમારો “ મરણ અને રોગનું પ્રમાણ શાથી વધે છે ? ” એ લેખ પ્રસિદ્ધ થયેલો છે તે વાચક વર્તને જપ્તિની દોષાથી અમે આ અંકમાં છાપેલો છે.

તંત્રી.

જે જે રોગો થાય છે તેનું મુખ્ય કારણ તો અત્યાહાર, અર્થેણુ ક્રિયા ( ખોરાક ચાવીને ખાવો ) તો અભાવ, અને અપોગ્મ ખાનપાન એ છે. અત્યાહાર અને દાંતથી ચાળ્યા વગરનો ખોરાક ક્ષેત્રાથી અને અપોગ્મ ખાનપાનથી અજીણ અથવા અપચો થાય છે. ખોરાકને બરાબર ચાવી માખણ જેવો કરવાથી ઘટો પાસેની અને જીભ તળેની ગ્રંથિઓમાંથી સેલાઇ વા ( લાળ ) ઉત્પન્ન થાય છે અને તે ખોરાક સાથે મળવાથી તેમાં મીઠાસ ઉત્પન્ન થાય છે અને શ્રીજ પ્રવાહી પદાર્થોની મદદ સિવાય તે ગળામાં ઉતરી જાય છે.

“પ્રવાહી પદાર્થની મદદથી ચાળ્યા વગરનો ખોરાક ગળામાં ઉતારી દેવો એ અધમમાં અધમ રીત છે. કુદરતનાં કોઇ પણ પ્રાણી કુતરો, ખીલાડાં, કે જાનવર, ગમે તેને તમે કંઈક પદાર્થનો, અને પ્રવાહી દુધ, દહીંદળ વગેરેનો ખોરાક જમ્ને સાથે મુકશો તો હાલની સુધરેલી પ્રજા જેમ રોટલાનું બચકું મુખમાં લેઇ ચામું ન ચામું ને દુધ, દહીં કે લળતા ધુટકા કે સમકાથી ગળામાં ઉતારી દેશે તેનું તે પ્રાણીઓ કદી કરશે નહિ. દયાળુ નૈસર્ગિક દેવીએ મનુષ્ય જાતના મુખમાં આવવા માટે દાંતની યોજના કરી છે છતાં કહેવાતી સુધરેલી મનુષ્ય જાતે નૈસર્ગિક દેવીની યોજનાને ઉધી વાળી દીધી છે, ને તેના પરિણામે હાલમાં ત્રીમ પોત્રીસ વર્ષની વયથીજ દાંતની વિઘ્નગીરી થવા લાગી છે. મનુષ્ય જાતને દાંત પડી ગયા પછી દુધ જેવા પ્રવાહી ખોરાક અને શિરા, રાગડી જેવા પદાર્થ ખાવાને મળે છે પરંતુ કુદરતનાં પ્રાણીઓના દાંતો જે પડી જતા હોત તો તેમને દુધ, શીરા કે રાગડી જેવા પ્રવાહી પદાર્થો કોણ આપત ? પરંતુ મનુષ્ય જાતે કુદરતના નિયમનો ભંગ કરી પોતાના મુખને ટપાલની પેટી બનાવી છે. ટપાલ ઓફીસની પેટીના મુખમાં નાખેલો કાગળ સીદો પેટીની અંદર જાય છે તેમ પ્રમાણે આપણે કેટલીક જાતના ખાનપાનના પદાર્થો સીદા મોઢામાંથી ગળામાં લઇ જઈ હોજરીમાં ઉતારી દઇએ છીએ. સવાલ ગાત્ર ચેરસેજ છે કે આ વિષ્ણુ તમામ પ્રાણીઓમાં પ્રક્રીકરણમાં આગળ વધેલી મનુષ્યજાત કે જે પરમાત્માના પ્રિયપુત્રો છે તેમના દાંત કુદરતદેવી વગર શુંકે અકાળે પાડી નાંખે અને ગાય, ભેંસ જેવાં અનેક પ્રાણીના દાંત તેના મરણ સુધી જેવા ને તેવા રહેવા દે એ કેટલી બધી નવાઇ મરખી વાત છે ? અહીં કારણ તો એજ છે કે મનુષ્યજાત સિવાય બીજાં પ્રાણીઓ પોતાનો ખોરાક સારી પેઠે ચાવીને પ્રવાહી પદાર્થની મદદ સિવાય ગળે ઉતારી દે છે. પરંતુ મનુષ્યજાત તેમ કરતી નથી. તેથી દાંતને કસરત ન મળવાથી દાંતના મૂળમાં રૂધિરાભિસરણ બરાબર થતું નથી અને પોષણ મળતું બધ થવાથી દાંત અકાળે પડે છે; એટલુંજ નહિ પણ એક વિદ્વાન ડૉક્ટર કહે છે કે;—

“Remember that most men dig their graves with their teeth; because they do not chew their food well.

યાદ રાખો કે મનુષ્યનો મહોરો ભાગ પોતાનો કચરો પોતાનાજ દાંતવડે ખેદે છે કારણ કે તેઓ પોતાનો ખોરાક બરાબર ચાવતા નથી અને તેથી રોગો બની મરણના મુખમાં પહોંચે છે.

જો કુદરતે મોંઢાને બન્ને હોજરીમાં દાંતની દળવાની કે ખાંડવાની યોજના રાખી હોત તો ચાહુ જમાનાની મનુષ્ય જાતને વધારે અનુકૂળતા થાત પરંતુ તેમ ન કરવામાં કુદરત દેવીની મોટી ભૂલ થએલી હોતી જોઇએ એમ ઘણાને લાગે છે ! !

ચાળ્યા વગરનો ખોરાક પરમારો હોજરીમાં ઘાખલ થવાથી તેમાં થુંક મળતું નથી અને તેનું ખાચન બરાબર થતું નથી.

હવે આપણે અત્યાહાર સંબંધે વિચાર કરીએ. હાલમાં કેટલાક વિદ્વાનો એવા નિષ્વ્ય ઉપર આવ્યા છે કે મનુષ્યજાત સોળ વરસની કુદરતમાં સો વર્ષ સુધી ચાગે તેટલો ખોરાક ખાઈ જાય છે. આમ થવાનું શું કારણ છે તેનો વિચાર કરીએ. ખોરાક તૈયાર કરતી વખતે ખાટા, તીખા, તમતમાં, ભાતભાતનાં ગરમ ગયાલા, આંમલી જેવા અમ્લ પદાર્થ મેળવ્યા સિવાય અને રાઈ, મેથી, હોંગ, મરચાં, સર્વોગ જેવા પદાર્થના વધારે કર્યા સિવાય તેના કુદરતી સાદા રૂપમાં ખોરાક લેવામાં આવે તો તે વધારે લેવાતો નથી. પરંતુ ચાંતિ બોજનો, મીનખાનીઓ વગેરેમાં આપણે જમવા જઈએ છીએ ત્યાં રોજના કરતાં બમણો ત્રમણો કે ચારઘણો ખોરાક ખવાય છે તેનો અનુભવ દરેક માણસને છે. કારણ ત્યાં અનેક જાતનાં તીખાં તમતમાં શાક, દાળ, અજીયાં, ચટણી, રાયતાં, વગેરે પદાર્થ કૃત્રિમ સ્વાદથી ભરપુર હોય છે ને તે આપણે ક્ષુધા વૃદ્ધ કરવા ખાતા નથી પણ આપણી જીભા બહેનને પ્રુથી કરવા ખાઈએ છીએ. એક વિદ્વાન ડૉક્ટર કહે છે કે:—

“Remember that we should not live to eat but eat to live.”

યાદ રાખો કે આપણે પેટ ભરવા માટે જીવતા નથી પણ જીવવા માટે પેટ ભરીએ છીએ. તેથી સદાકાળ મિતાહારી (Abstinent) થવું. સમિતકાળનાં મનુષ્યોનાં ઘણાં ભાગ તો ખાવા માટે જ જીવે છે. તેનો પ્રત્યક્ષ દાખલો જેવો હોય તો મુખ્ય અમ્લવાદ સુરત ભર્ય ધત્તાદિ ચહેરા અને કેટલાક ગામડાંઓમાં હોટેલોમાં ભાતભાતના પકવાનો બજારી, ગરમાગરમ શાકો, ચેવડા, તથાં તાવ્યાં તાજાં જ મળે છે. સોડા, આલ્સક્રિમ, લેમેનેટ, ચદા કોશી ધત્તાદિ વસ્તુઓ એક પછી એક હોજરીઓને અર્પણ કરવામાં આવે છે ? આ શું જીવવા માટે પેટ ભરે છે ? એકલા ખાવા માટે જ જીવવાનું છે.

“Remember that diet cures more than doctors.”

યાદ રાખો કે પરેજી એજ કિતમ આપધ છે. અર્થાત્ થોડા આહાર એ સર્વોત્તમ વેદ્ય કે ડૉક્ટર છે.

“Remember that food eaten without appetite and relish is poison.”

યાદ રાખો કે રૂચિ કે સ્વાદ વગર ખાધેલો ખોરાક વિપ-ઝેર બનેલ છે. જુખ ન જીવે બાખરો એ કહેવત મુજબ ખોરાકને સ્વાદિષ્ટ કરવા માટે નુકસાનકારક મસાલા વાપરવાને બદલે દસરત કરી કુદરતી જુખ લગાડી સાદો ખોરાક ખાવો. સ્વાદની ખાતર ગરમ મસાલા મરી, સર્વોગ, આંમલી, હોંગ જેવા પદાર્થોથી તૈયાર કરેલો ખોરાક વધારે ખવાય છે. ચાની પ્રશ્નો કહે છે કે “મોરો રોગ મયમ્” અર્થાત્ આવાં તીખા તમતમાં બોજનો જમવાથીજ અત્યાહાર થાય છે ને તેના પરિણામે રોગો થાય છે.

રોમ રાજની પડતી થતાં પહેલાં લાંબી પ્રજા એટલી બધી રોખીન થઈ હતી કે ખાવા માટે અનેક જાતના પદાર્થ, ભાતભાતનાં પકવાન અને મરી મસાલાવાળા સ્વાદિષ્ટ પદાર્થો બતાવતી. ઉમરાવ કુટુંબોના જમવાના ઝોરડા હજી રોમમાં છે. જમનાં જમતાં પેટ તણાવા લાગે છતાં જીભા બાધની લોહપત્તા ખાવાની મટે નહિ તે રીતે તો આ બેમીડીંગ રૂમ (કલ્લી દરવાના ઝોરડામાં) માં જઈ દલ્લી કરી આવી ફરી જમવા એમે તે એટલે સુધી કે જીભા પ્રન્દ્રિમ સ્વાદ લેખ વૃદ્ધ થાય ત્યાં સુધી તેઓ આહાર લેતા.

ત્રીજી કારણ અયોગ્ય ખાનપાન છે જેને માટે અ યાદારમાં કહેવામાં આવ્યું છે. જે પદાર્થોથી શરીરને પોષણ મળતું નથી તે બધા પદાર્થોના અયોગ્ય આધારમાં સમાવેશ થાય છે. કેાઇ માણસ એકલાં મર્યાં, મરી, ચહા, કેાષી, કેાકો, મોડા, લેમોનેડ, આઇસ્ક્રીમ જેવો એકલો કે ઉપરની ચીજો સાથે મિશ્ર પદાર્થ ખાઇ અત્ર મિવાય જની શકશે નહિ. તેથી તે પદાર્થો યોગ્ય આધારમાં ગણાય નહિ. કૃતમ, નટસ, અત્ર આધાર એજ પોષણ કરનાર વસ્તુ છે, અને તેનું સેવન બની શકે તેટલા પ્રમાણમાં સાદા રૂપમાં સેવન કરવામાં આવે તેજ યોગ્ય આધાર છે.

ઉપર વર્ણન કરેલાં ત્રણે મુખ્ય કારણોને લીધે હેઝારીમાં ખોરાકનું ખરાબર પાચન થતું નથી. તેથી અજીર્ણ મંદાગ્નિ અને કમજબતનું દર્દ પ્રથમ શરૂ થાય છે. એક વિદ્વાન ડોક્ટર લખે છે કે “બંધકોષ એ રોગની માતા છે.”

પહેલા દિવસનું સંધેયુ અનાજ આપણે ધરમાં રાખીએ છીએ તો તેનું કોવાણુ (ફરમેન્ટેશન) થઇ તે ગધાવા લાગે છે. જે રથળેનાત જમી હોય તે અનવાળા પડીયા પત્રાળાં ખુશી હવામાં પડ્યાં હોય ત્યાં જ્યારે એટલું કહોવાણુ થઇ દુર્ગંધ આવે છે ત્યારે આપણી હેઝારી ને આંતરડા જેમાં છુટવી પવનની આવ જ નથી ને શરીરની અંતઃગતિ હોય છે તે રથળે ખોરાક બંધકોશના દરદીનાં આંતરડામાં ને કોલનમાં બપોે ત્રણ ત્રણ દિવસ બરાબ રહે છે તેથી ત્યાં અત્યંત કહોવાણુ થાય છે. ઝંસીસ (વાયુ) છુટે છે ને તે રથળે અસંખ્ય રોગજનક જંતુઓ ઉત્પન્ન થઇ ઉઠવા લાગે છે, અને તેવા મલીન યુગથી શરીરમાં ખરાબ રંગો ઉત્પન્ન થઇ ફરવા લાગે છે, અને આપણું રક્ત દુષિત થઇ આપણું શરીર અનેક રોગનો ભોગ થઇ પડે છે.

કોલેગ, ટાઇફાઇડ શીવર, પ્લેગ જેવા રોગોના જંતુઓ આપણા શરીરમાં પાણી દ્વારા કે જ્વાલ દ્વારા દાખલ થઇ તેઓ મોટા નળ કોલનમાં જાય છે ને ત્યાંના કોવાણુમાં તેઓ કપાટાબંધ હેઝારી કરોડોની સંખ્યા થઇ જાય છે. જે કોલન મગ રહિત ને ચોખ્ખું હોય તો આવા જંતુઓ જીવી શક્તા નથી ને તેવા રોગો થતા પણ નથી.

એકાદ ભકાર ચવા પછી પુષ્કળ દિવસ ગયા પછી શરીરમાં એટલો ફગ્ગ થાય છે કે તે ફરક આપણાથી ઓળખી શકાય છે. એ ફેર બારીક નજરથી અવલોકન કરનાર મનુષ્યને ચહેરા ઉપર સ્પષ્ટપણે જણાય છે. એનું કારણ એ છે કે શરીરના ખીન્ન ભાગ કરતા મહેરા ઉપર પુષ્કળ ગ્લાનતંતુ છે. ચહેરા ઉપરથી અગ્નાન માણસ પણ કહી શકે છે કે ફલાણુના શરીરમાં કંઈ રોગ ચએલો હોવો નોંધજે. આ સળધે માણુ લખવા જેવું છે પણ માણુ લખાણુ થવાને લીધે નીચેની કવિતા તખી અમે અમારો લેખ સમાપ્ત કરીશ.

### શિખરિણી.

અતિ આહારથી વિવિધ લનમાં રોગ ઉપજે,  
નિજાતિ તત્તો સૌ દુઃખદ અતિ રહેજે નિપજે;  
પછી તેનો નલ્યો રિચર થઇ જતો નાખી સમિષે,  
મક્ષોત્પર્ગે રથાને પછી યજ્ઞ બરાતો લન વિષે  
પછી આખે અગે ચાણુ ધિમી ધિમી ગીત પ્રસરે,  
મધા રોગે પથાત નર તનુ વિષે આવી તરે,

યથા આત્મા પોતે પ્રથમ સમયે એકજ હતો,  
 ઉપાધિ બેઠેથી વિવિધ રૂપ બાવે વિલસતો.  
 તથા એકે રોગે, બહુ વિધ ઉપાધિ ઝની રહે,  
 અતઃ તેને અંગે દુઃખ જલ તણી હેલી વરસે;  
 જનો ત્યાગે બ્યાધિ શક્તિ મળને દૂર કરતાં,  
 અને આત્મા કેરી સતત સુખદા ભાસ સ્મરતાં.  
 અમારા દેશોમાં સુચરિત સેવા વિકસાગે,  
 જનોના બ્યાધિનો વિલય સહેજે સર્વ કરજો;  
 પ્રભો ખ્યારા આજે વિનતિ ઉરમાં સ્વીકૃત કરો,  
 અમારા બ્યાધિના ગિરિવર બધા સદગ્ન દરો.  
 અમોને હે વાલા જનક! સુખનાં દાન અરપો,  
 અમારા આ તત્વો જનપદ ક્ષિત્યર્થે તલપો;  
 સુધાના સિન્ધુમાં પ્રીતિ ભરી અમે સ્નાન કરીએ,  
 અને દુઃખાબ્ધિથી છવન સુખની સાથ તરીએ.  
 પ્રભો તે દાધાં છે જલ પવન શ્રી ભારદ્વજ પ્રભુ,  
 ન દહાવો લેવાતાં દુઃખી બહુ બને છે અમ તણ;  
 અમો તેના સારા મધુર ઉપયોગો દિલ ભરી,  
 કરી લેધએ એવી સુમતિ હરિ દેજો સુખ કરી.

## બાળકોને ઉછેરવા તથા સાજાં રાખવા સંબંધી કેટલીક સૂચનાઓ.

(અનુસંધાન પૃષ્ઠ ૨૫૬ થી.)

આવાં બાળકોને ખોરાક બહુજ ઝોછો આપવો. મોટાં મનુષ્યોએ પણ ઉપવાસ એક  
 બે કરી કાઢવા તથા હમેશાં જમવું તે ઘણુંજ ઝોછું જમવું તથા તે સારી રીતે ચાવીને  
 જમવું. શરીરે કૃપ રહેનાર મનુષ્યો મોટા બાળે વિશેષ જમનારજ હોય છે. ઘણા પ્રસંગે  
 મોટાં મનુષ્યો ઝોછું ખાવું, આટલા વખત દિવસમાં ખાવું, એ વગેરેનો વિચાર કરે છે પણ  
 બાળકોના સંબંધમાં તે જરા પણ વિચાર કરતા નથી. તેમને તેજો વારંવાર કંઈ પણ  
 દ્વિધાખ વિના ખાવાનું આપે છે અને તેમની હૃદય સાથ છે છતાં તે પ્રતિ તે કંઈ લક્ષ  
 કરતાં નથી. બાળકોને કોઈ પ્રકારની અવ્યવસ્થા ચાખે છે તો તેને વેધ કે દાક્ટરગની દવા  
 ખવરાવવામાં આવે છે કે કોઈ ધરધગડ ઉપચાર કરવામાં આવે છે પણ ક્યા કારણથી આવી  
 અવ્યવસ્થા થાય છે તેને શોધી કાઢવામાં આવતું નથી. માતા પિતાને આ સંબંધનું અજ્ઞાન  
 હોવાથી નિર્દોષ બાળકોને આ અજ્ઞાનથી યતી દાનિ અહન કરવી પડે છે. બાળકોને કેટલો  
 આદાર તેમની વધના પ્રમાણમાં આપવો એ જે માતાપિતા ભણે છે તેમનાં બાળકોને ઉપર  
 જણાવી તેવી અવ્યવસ્થા થવાનો પ્રસંગ આવે નથી અને તે ઉત્તમ આરોગ્યનો અનુભવ

કરે છે. મોટાં મનુષ્યોને પ્રમાણુ દરતાં વિશેષ ખાવાની જે ટેવ પડી ગએલી હોય છે તે બાળપણથી ઘણે ભાગે પડેલી હોય છે અને આ પ્રમાણે બાળપણથી પડેલી કુટેવનું ક્ષણ તેમને આખા જીવન પર્યંત મોગમયું પડે છે; એટલુંજ નહિ પણ તેમને જે પ્રજ્ઞ થાય છે તેમને પણ તેની હાનિ સહન કરવી પડે છે તેથી આવી ભારે હાનિગી પોતાની પ્રજ્ઞને બચાવવાને આરંભથીજ તેમને જરૂર પૂરતોજ આહાર આપવાની અગત્ય છે. જે શીમાન છે અને જેમને નોકર ચાકર રાખવાની અનુકૂળતા છે તે મોટા ભાગે બાળકોને તેમને સોંપી દે છે. ઘણાં મનુષ્યો આપાનેજ બાળક સોંપી દે છે પણ આ પ્રમાણે થવાથી બાળકોને ઓછી હાનિ નથીજ થતી. આપાઓ તથા ચાકરો માતાપિતા કરતાં વિશેષ અજ્ઞાન હોય છે અને તેમના હાથમાં બાળકોને સોંપવાથી તેમની વળી દુર્દશ થાય છે. આપાઓને પ્રથમ બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવા તેનું જ્ઞાન આપવાની જરૂર છે, અને આ પ્રમાણે પ્રથમ તેમને આ સંબંધનું જ્ઞાન મળ્યા પછી જ તેમના હાથમાં બાળકોને સોંપવામાં આવે તો હાનિના સંભવ રહેતો નથી. બાળકોને કેવી રીતે ઉછેરવા એ સંબંધનું જ્ઞાન આપવાની ને તેને લગતી સાળાઓ વિવિધ રથજે રચાવવાની જરૂર છે. અને આ સાળાઓમાં સ્ત્રીઓને વિદ્યાન દાકતરો કે આ સંબંધી જ્ઞાન ધરાવનાર મનુષ્યોના હાથ નીચે શિક્ષણ આપવાની જરૂર છે. આ પ્રમાણે શિક્ષણ લઇને તૈયાર થતી સ્ત્રીઓના હાથતળે જે બાળકો ઉછેરે છે તે તે ઘણુંજ ઉત્તમ થાય છે. વિધવાઓ આપણા દેશમાં ઘણી છે અને તે ઘણે ભાગે પોતાનું જીવન નિરર્થકજ ગાળે છે. આ વિધવાઓને જે આ કાર્ય કરવાની યોગ્યતા આપે તેનું શિક્ષણ આપવામાં આવે, તથા તેમને આ કાર્યમાં યોગજવામાં આવે, તો દેશને સામાન્ય લાભ થાય તેમ નથીજ. દેગાદમમાં સ્વતંત્ર શાળાની કે દ્રવ્યની જેટલી જરૂર છે તેના કરતાં ઉત્તમ મનુષ્યો ઉત્પન્ન કરવાની વિશેષ અગત્ય છે. આ કાર્ય દેશના વિદ્યાન અને અગ્રણી મનુષ્યો મોટા પાયા ઉપર ઇચ્છે તો કરી શકે છે તેગજ નાના યાયા ઉપર માતાપિતા પણ આ કાર્યને ઉત્તમ રીતે કરી શકે છે. માતાપિતાની દેખરેખ તળે રહેલું ઘર એ ઉત્તમ પ્રજ્ઞને ઉત્પન્ન કરવાની ઉત્તમ સાળા છે. પ્રત્યેક માતાપિતા ઇચ્છે તો પોતાની પ્રજ્ઞને ઉત્તમ કરી શકે છે. અને પ્રજ્ઞ ઉત્તમ થતી દેસ રચતઃ અર્થાત્ એની મેળેજ ઉત્તમ થાય છે. બાળકોને તેગજ મોટાં મનુષ્યોને જીવનમાં ધરદી થવાના ઘણા પ્રસંગો આવે છે. આ ધરદી થવાનું મુખ્ય કારણ જરૂરની અવ્યવસ્થાજ ગણાય છે. ન પચી શકે તેવો આહાર ખાવાથી, પ્રમાણુ દરતાં વિશેષ ખાવાથી, કે જરૂર ન હોય ત્યારે ખાવાથી, જરૂરમાં અવ્યવસ્થા થાય છે. જરૂરમાં અવ્યવસ્થા થવાથી તેમાં ગએલો આહાર અજાણર પચતો નથી અને તેથી લોહીમાં ત્રિપ્તો સંચય થાય છે, કારણ કે લોહી શુદ્ધ રચાઈ નથી. છતાં તમામ મનુષ્યો ઘણે ભાગે હવાને કે એવી કોઈ બીજી વસ્તુનેજ આમાં કારણ ગણે છે. પ્રેક્ષિતર હકસત્તી આ સંબંધમાં નીચે પ્રમાણે કહે છે:—“પ્રમાણુ દરતાં વિશેષ આહાર શરીરમાં જવાથી નિદ્રા વંદા આવે છે, જરૂર વિશેષ કામ કરીને અભિન યદ્દ જાય છે, અને તેથી તે તમામ આહારને પચાવી શકતું નથી જેથી અંજીરું થાય છે. અંજીરું થવાથી ખોરાક પચતો નથી અને તેનું અંદર કોદાણુ થાય છે, અંદર વિશેષ પ્રમાણુમાં વાણુ ( gas ) ઉત્પન્ન થાય છે, અને પેટમાં ગડગડાટને ઉત્પન્ન કરે છે, તથા ચુંકે પણ આવે છે, બંધકોશ થાય છે કે આતિસાર લાગે પણ થાય છે. આ પ્રમાણે હજાર પ્રકારની અવ્યવસ્થા શરીરમાં ઉપજે છે. મનુષ્ય શરમ કેપમાં પડેરે કે ગરમ હવામાં જાય પણ જો તે જરૂરને સ્વીકારતો નથી તો ધરદી તત્કાલ



મટી જતી નથી. જહરતે બરાબર વ્યવસ્થામાં રાખનાર ઉત્તર કે દક્ષિણ ધ્રુવમાં રહે છે છતાં તેને શરદી થવાનો સંભવ ઓછો આવે છે". માતાપિતા બાળકને વિશેષ 'આવાનું' આપે છે તેમાં તેમનો પ્રેમ જો કે કારણ હોય છે, પણ આ પ્રેમ એવા પ્રકારનો છે કે જેનો પરિણામ નિર્દયપણાના જોવાનું આવે છે. વિચાર વિનાનો પ્રેમ એ હિત કરનાર નથી હોતો પણ હાનિ કરનારનું હોય છે; આ કથનમાં સત્ય છે કે કેમ તેની ખાત્રી કરવાને જોડેલો સમૂહ બાળકને ધવરાવવામાં આવે કે જોડેલા વખત તેમને ખારાનું આપવામાં આવે તેટલો સગવડ માતા-પિતાએ પણ બાળકની સાથે ખાવું લેખેલું. દશ વાર બાળકને દિવસમાં ધવરાવવામાં આવતું હોય તો માતાપિતાએ દશ વાર ખાધું જોવું એટલે તેમની ખાત્રી થશે કે તેનો કેવો પરિણામ આવે છે, ઘણું અચાન મનુષ્યો એવું કારણ આપે છે કે બાળકને તો અંદાજે ભૂખ લાગી જાય માટે તેને તો વારંવાર ખાવાનું આપવાને અડચણ નથી. પણ આ કહેવું અચાનવાનું જ છે. બાળકને ક્યાંથી વારંવાર ભૂખ લાગી જાય ? શું તેમનું જહર મોટું મનુષ્યો કરતાં વિશેષ બળવાન છે કે તેમને જહરનું નથી ? પણ આ સંબંધી માતાપિતાને વિચારનું હોતો નથી. આ સર્વ કહેવાતો એવો આશય નથી કે બાળકને ભૂખે મારી નાંખેલાં તેમને પ્રમાણ જોડેલો ખોરાક આપવાની જરૂર છે. પ્રમાણ પુરતો ખોરાક આપવાથી તેના શરીરને શોભાવે એટલી ચરમી વધે છે, હાડકાં જણાતાં નથી, શુદ્ધ લોહીથી ભરેલું શરીર રહે છે, આરોગ્ય ઉત્તમ પ્રકારનું પ્રતીત થાય છે, શરીરમાં બળ રહે છે, સ્વપ્નતા રહે છે, અને જડતા રહેતી નથી; આ વગેરે ચિદ્વેદો નિયમ પ્રમાણે ખોરાક આપવાથી બાળકમાં જણાય છે.

## પ્રાણ અને પ્રાણાયામ.



હકયોગ પ્રતીષ્ઠા, ઘેરંડ સંહીતા, શિવસંહીતા, પાતંજલ યોગદર્શન આદિ હિંદુઓના પ્રમાણુભૂત ગ્રંથો આ વિષયમાં સ્વાતંત્ર્યપૂર્ણ અંતઃક્રિક જ્ઞાનપ્રકાશ પ્રસારે છે. આ નાના લેખમાં આવું વિસ્તૃત વિવેચન અશક્ય છે. માત્ર આ વિષયના મુખ્યમુખ્યોત્તે સચવાતમક બે શબ્દો અને લખવા ધાર્યા છે. પ્રાણને મુખ્યલક્ષ્ય સાથેક 'નક્ષ' એટલે દમ કહે છે. યોગીઓ કહે છે કે જીવનશક્તિ એ પચપ્રાણનું માત્ર પરિણામ છે, અને પ્રાણ એ પચપ્રાણ માંનો એક પ્રકારનો વાયુ છે. મહા પ્રાણની જુદાં જુદાં રેકાણે ચાલતી પાંચ જુદી જુદી ક્રિયાને પચપ્રાણ કહે છે. પ્રાણ, અપાન, વ્યાન, ઉદાન, તથા સમાન એ પાંચ પ્રાણનો નામ છે. તેમાંના પ્રત્યેકની રહેતાની જગ્યા હૃદય, ગ્રંથ, આંખ, શરીર, કંઠ અને નાભિ એમ અનુક્રમે છે. પચ પ્રાણનો પાંચે નામો સંસ્કૃત 'અન' એટલે શ્વાસ લેવો, એ ધાતુ ઉપરથી બનેલાં છે. પ્રાણ (=પ્ર-અન-અ) એ વાયુની ક્રિયાવડે ભૂખ તરસ લાગે છે અને તેનું સ્થાન અંતઃકરણ છે. અપાન (=અપ-અન-અ) એ વાયુ નીચલાં આંતરડાંમાં રહે છે, તે તેની ક્રિયાથી મળમૂત્રનો સંગ્રહ અને વિસર્જન થાય છે. વ્યાન (=વિ-આ-અન-અ) એ વાયુ આખા શરીરમાં રહે છે, અને તેની ક્રિયાવડે શરીરમાંથી મેલ નિકળે છે. ઉદાન (=ઉત્-અ-અન-અ) એનું રેકાણું કંઠમાં છે તે એ વાયુ વડે શ્વાસની ક્રિયા ચાલે છે. એ વાયુ નાડીઓમાં ઘણું રહે છે. સમાન (=સમ-અન-અ) એ વાયુનું સ્થાન નાભિ

અથવા દૂટી આગળ છે; તે ખાંધેલી પીધેલી ચીજો માથે હોજરીમાં મળી જઈ તે સર્વને પાચન થવા હાયક ખરાબર કરી મૂકે છે, અને તેથી ખોરાક પાચન થાય છે.—  
( વિચાર સંગર )

ખરે જોતાં શ્વાસમાં હીમેલી હવા શરીરમાં જુદા જુદા ભાગો તરફ જવાથી તે દરેક ઠેકાણે જુદી જુદી ક્રિયા ચાલે છે તેથી, તથા ખોરાકનાં તરવો રાસાયનિક ક્રિયાએ છુટાં પડવાથી તેના સંબંધમાં રહેલા વાયુ છુટા પડવાથી તે વાયુ જુદાં જુદાં રૂપ ધારણ કરે છે, એમ આપણે હાલના વિજ્ઞાનશાસ્ત્રને આધારે ધારી શકીએ. પ્રાણ કેમ ચાલે છે તથા ટકે છે તે વિષે હિંદુ યોગીઓનો આચો મત છે. અને મુસલમાન સાલેકનો મત વળી જુદોજ છે. ખોરાક ખાધા પછી શી ક્રિયા ચાલે છે કે જેથી મનુષ્ય જીવે છે, તથા તેના શરીરમાં લોહી અને વીર્ય અને છે તે વિષે તેમનો જોવા મત છે કે, શરીરમાં આઠ જાતનાં દૈવત (Powers) છે, તેઓ વડે સવળી ક્રિયા ચાલે છે.

ઉપર કહેલા પંચ વાયુમાં શ્વાસનક્રિયા ચલાવનાર પ્રાણ અમલનો છે. જ્યાં સુધી મનુષ્યને નિર્મળ, સ્વચ્છ હવા મળે છે ત્યાં સુધી તેને કશો વ્યાધિ થતો નથી. રોગનાં મુખ્ય બીજ ખરાબ પાણી અને ખરાબ હવા છે, જ્યાં એ જાનને નિર્મળ રહે ત્યાં રોગ જનતા સુધી વ્યાપી શકતો નથી. એ જાનને નિર્મળ રાખવા તથા સ્વચ્છ કરવા સારું શોષકમાં ઉપાયો-વિધિઓ બતાવેલી છે. પ્રાણ શુદ્ધ અને પ્રચળ હોય તોજ ઇચ્છાના પ્રવાહ જોરમાં ચાલે; પ્રાણ છે તોજ ફેરફારમાં લોહી નિર્મળ જની રક્ત (લાલ લોહી) થાય છે. એ પ્રાણની ક્રિયા વડે વિચાર અને સ્વપ્ન થાય છે. શુદ્ધ પ્રાણ વડે યોગીને અગમ નિગમ (બૂત ભવિષ્ય) જ્ઞાન રહે છે, એટલુંજ નહિ પણ સાચા આદર્શમાં ઉત્પન્ન થતા વિચાર તે વડે તે સમજી શકે છે. યોગીઓ મનસોચ્ચારણ (માનસિક જપ અને હૃદય સ્મરણ) કરે છે તે પણ એટલાજ હેતુથી કે તેમ કરતાં કરતાં ધૃષ્ટિના વિચારમાં મન જવાથી પ્રાણની ગતિ સરળી અથવા તો મુસલમાન સાલેક કહે છે તેમ “દમ એકસાન” થાય છે; ને જ્યાં દમ એકસાન થયો ત્યાં વૃદ્ધ તો-શું પણ નાનાં બાળકોને પણ અગમનિગમનું જ્ઞાન થાય છે.

પ્રાણ વિષે આટલું કહ્યા પછી હવે પ્રાણાયામ સંબંધી ચોક્કસ વિવેચન હીક થઈ પડશે. યોગીઓની તે એક અમલની ક્રિયા છે. સ્વરોહ્ય શાસ્ત્ર પ્રમાણે હિંદુ યોગીઓનો આચો મત છે કે કરોડના હાડકાનો નીચલો ભાગ, જે કાચની માંચ જેવો હોય છે અને જેને મુઘ-રાતું હાડકું કહે છે, તેમાંથી ત્રણ મોટી નાડીઓ નિકળી માથા સુધી જાય છે. પહેલી જે નાડી જમણી બાજુથી નિકળે છે તેને ‘ઈડા’ કહે છે, બીજી ડાબી તરફથી નિકળે છે તેને ‘પિંગળા’ કહે છે, અને ત્રીજી એ જાનની વચ્ચે થઈને જાય છે તેને ‘સુષુમ્ના’ કહે છે. એ ત્રણે નાડીઓ વાયુથી ભરેલી રહે છે. મધ્ય નાડી જો જોરથી ચાલતી હોય છે તો નાભિયક (દૂટી) આગળથી ઉત્પન્ન થતો શ્વાસ જમણા નસકોરામાંથી નિકળે છે; પિંગળા નાડી જોરથી ચાલતી હોય છે તો ડાબા નસકોરામાંથી શ્વાસ નિકળે છે, અને સુષુમ્ના નાડી ચાલતી હોય છે તો જાને નસકોરામાંથી શ્વાસ સરળી રીતે નિકળે છે. એમ નસકોરે કહ્યાથી. અને આમ અંદર ખેંચી દમ ઘુટયા કરવાથી તે પ્રાણ, એટલે શ્વાસ, વચલી નાડીમાં અટકી રહે છે. શરીરના નીચલા ભાગમાં તે ઉતરવા પામતો નથી, અને બસોડમાં, એટલે તાળવે, રૂંધાઈ રહે છે. પણ તેમ કર્યા પૂરે, પવિત્ર સ્વચ્છ જગા પર યોગી પોતાનું આસન સ્થિર

કરી, ઘણું ઉચું નહિ તેમ ઘણું નીચું નહિ એવા સ્થાન પર જોડે છે; શરીર, માથું અને ગરદન સમાન (સીધી લીટીમાં) રાખી નિશ્ચળભાવે બંધ આંખે નાકની અણી પર અંદર-ખાનેથી નજર તાકી રાખે છે. આ ક્રિયા હઠયોગના અંત્રપાસીનાં પટકર્મો પૈકી ત્રાટકકર્મ કહેવાય છે. એમ મનને એકાગ્ર કર્યા પછી પરમાત્મા સાથે જીવાત્માનો યોગ તે યોગીજન કરે છે. તે ક્રિયામાં યોગી જ્યાં નજર તથા ચિત્ત યોગીકરે ત્યાં રિધર બળતો દીવો જુએ છે; અને તેજ તે આત્મદર્શન સમજે છે. પણ એક મુનિશિખર-યોગેશ્વર માત્ર સમજી શકશે કે તે દીવો ખુદ આત્માનો પ્રકાશ નથી. આત્મપ્રકાશ જેને સાક્ષે “નૂરે રહ” કહે છે તે ઝોર તરફનો તથા જુદીજ રીતે પેદા થાય છે. આલુસ દીવાની સન્મુખ સુએ છે, ત્યારે તેનાં કિરણો તેની આંખો પર સીધા આવે છે. એ કિરણો તેની આંખોનાં પોપચાં પર બહુ વાર સુધી પડવાથી તેઓ ડોળા પર એવો આભામ ઉત્પન્ન કરે છે કે તેથી ઉઘમાં એવું જણાય છે કે જાણે લાલ લાગી, અગ્નિ ઉઘો, બડકો થયો. આથી તે યોગી ઉઘને જુએ છે તો તેમાંનું કશું જણાતું નથી. તેમ શિષ્યાઈ યોગી જે રથને નજર બડ જેવી કરી ચોંટાડી મૂકે છે ત્યાં, હું ધારું છું કે, કાવિક વિજ્ઞાનો અટકી રહીને એકઠો થયેલો પ્રવાહ જ્યોતિ જેવો જણાય છે. આંખની અંદરની બાજુએ નજર તાણવાથી ડોળાની નસો લોહીથી ભરાઈ જઈને ડોળાની પછાડી રહેલા દ્રવિત્વ પર દબાણ લાગે છે તેથી, કે અટકી રહેલો કાવિક વિજ્ઞાનો પ્રવાહ પોતાનું જોર પાછું મારતો હોય તેને લીધે, તે પ્રકાશ રૂપે દેખાતો હોય; તેથી તે યોગીની આગળ કોડીયા કે કાચના ગ્લાસમાં જેવો દીવો બળતો હોય તેવોજ દીવો જણાયા કરે છે. જેમ બહારની પવિત્રતાથી હવા અને શરીર સાફ રહે છે, તેમ મનસોઅચારણે મનની સફાઈથી મન સ્વચ્છ સ્વેત ઝગકાટે દીપે છે. તે ઝગકાટ આરસીના પારાના આપ્ત જેવો હોય છે તેમાં સર્વ ચિત્તાર નજરે આવે છે. મનની સફાઈના પ્રમાણમાં તે ઝગકાટવાળો પ્રકાશ પ્રથમ નાની જોત જેટલો, પછી દીવા જેટલો, પછી સારા જેટલો, એમ વધતો જાય છે. તેની સાથે મગજે ખુશ્ખો આવે છે ને કાને મધુર નાદ સંભળાય છે. દમ ધુટતાં કાનના તાલુઓ તથા હાકર્કા પર થતા ઝલ્લઝલટને લીધે તે મધુર સ્વરને કંઈક મળતો આહો અવાજ સંભળાય છે. સત્ત્વ ગુણ મહત્ત્વ કરી પ્રાણાયામ કરતાં તેનાં પરિણામ તરીકે આ સધળું યોગીને દેખાય છે. હવે એવો મનની નિર્મળતા વડે સ્વાભાવિક રીતે પુણિમાના ચંદ્ર જેવો જણાતો જે ઝગકાટ તેજ આત્મદર્શન છે એમ ઘણાઓનો ગત છે. દુષ્ટ ખોરાક તથા દુરાચરણને લીધે લોહીમાં રહેલી તેની દુષ્ટ અસર જ્યારે મનુષ્યનાં શરીરમાંથી નિકળી ગઈ હોય છે, ને તે લોહી નિર્મળ થયું હોય છે, ત્યારે આત્મા પોતાનો જ્ઞાતિ પ્રકાશ, લોહી જોડે ફરતી કાવિક વિજ્ઞાની મારફતે હૃદય પર નાંખે છે તેના પ્રતિબિંબનું એકત્ર રૂપ તે આ ઝગકાટ બાંસે છે; ને તે ઝગકાટ તેજ આત્માનું પ્રતિરૂપ, અથવા સુસહમાન તથા પારસી સાક્ષે કહે છે તેમ “જ્ઞાતિવ (અંદર) ની સફાઈ, દિલનું નર” સમગતું. એ ઝગકાટ ફક્ત તીવ્ર યોગીને દેખાય છે. અતિ ધર્મિષ્ઠ જન જેઓ સાત્ત્વવિધિ પુરેપુરી પાળે છે તેઓ આ ઝગકાટનો કંઈક આભાસ કાંઈકેના જોઈ શકે છે.

જેમ આપણા જગતવાળું બ્રહ્માંડ સૂર્ય તથા તેની વિદ્યુતનાળા આકર્ષણ શક્તિવડે ચાલે છે, તેમ આપણા શરીરવાળું બ્રહ્માંડ આપણા આત્મા તથા- તેની શક્તિવડે ચાલે છે. માટે યોગી કહે છે કે ઈશ્વરે પિંડમાં પણ બ્રહ્માંડ રચ્યું છે. જેમ આપણી પૃથ્વી પર સમ

દિપ છે; તેમ આપણાં શરીરનાં-૧ માથું, ૧ મદન, ૨ હાથ, ૧ પેટ, અને ૨ પગ મળી સાત અંગ છે. જેમ પૃથ્વી પર પહાડો છે, તેમ શરીરમાં હાડકાં છે. જેમ પૃથ્વી પર વૃક્ષ તથા વેવા છે, તેમ પ્રાણીના શરીર પર નખ તથા વાળ છે. જેમ પૃથ્વી પર નદી નાળાં, ઝરા કે જળાશય છે તેમ શરીરમાં ધોરી નખો, નાડીઓ, મ્હોં, તથા મુત્રાશય છે. જેનો ધરતીકંપ છે, તેવી છીંક છે. જેવાં ખારાં, મિઠાં કે કડવાં અણુ હોય છે, તેવાં આંખનાં આંસુ, મ્હોંડામાંનું થુંક, ને નાકનું ક્રીંટ છે. જેમ બહારના બ્રહ્માંડમાં ખાર રાશી છે, તેમ પિંડના બ્રહ્માંડમાં પણ-૨ આંખ, ૨ કાન, ૨ નસકારાં, ૧ મોંઢું, ૨ આંચળ, ૧ ફૂટી, ૧ ગૂદા, ૧ મૂત્રસ્થાન મળી-ખાર સાગે છે, જેમ બાહ્ય જગત સૂર્યપડે આવે છે, તેમ અંતઃજગત આત્મા વડે આવે છે. જેમ તડમતી વિજળી પૂર્વપશ્ચિમ ફરતી રહેવાથી શુષ્ક વસ્તુ-ઓની હેવાતી ટકી રહે છે, તેમ શરીરમાં કાષ્ઠિક વિજળી ફરતી રહેવાથી શરીર નમે છે. જેમ કકડતા તાપ તડકાએ બાહ્ય જગતમાં વિજળી વધી પડવાથી તેમાં ફરતાં માણસને લાગે છે, તેમ શરીરમાં વિજળીનો વિશેષ પ્રસાર આવવાથી પણ લાગે છે. જેમ હિંદુ યોગી આ બે બ્રહ્માંડને “અંતર્જગત” અને “બાહ્યજગત” કહે છે, તેમ ઇસલામી તથા ખરસી સોયેક તેમને “આતિની આવમ” તથા “ઝડરી આવમ” કે “આશકે કુચક (નાની)” તથા “આશકે ખુર્ગ (મોટી)” કહે છે. અને મહુદી તથા મુરોપી કબલપથી (Cabalist) તેને Microcosm and Macrocosm “માઈક્રો કોસ્મ” અને “મેક્રો કોસ્મ” કહે છે.

## અનુભવી દવાઓ.

—જીવન—

વેળા:-તંત્રી.

૧ નેત્રરોગ—ફટકડીને દેવતા ઉપર માટીના ઠીકરામાં સુકાં કુલાવવી. પછી તેને ખારીક વાદી મરવણના ઇંડાની સફેદી તેમાં ધુધય તેડવી મેગવવી (ઇંડામાં જે પાણી ભાગ મ્હોંડામાં પ્રાણી જેવો હોય તે હેવો નહિ). પછી તેને સારી પેટે ધુંટી ગોળીઓ વાળની સુકાવા પછી તે ગોળીને લીંચુના રસમાં ધમી અંજન કરવું. લીંચુનો રસ ગળી નૂં શકે તો પછી પાણીમાં ધસી અંજન કરવું તેથી આંખના ઘણા રોગો મટે છે.

૨ નેત્રરોગ—ચુલાખી રૂગની ફટકડીને ખારીક પેસી તેનું અંજન કરવાથી પણ નેત્રના વ્યાધિ મટે છે. આ અંજનથી નેત્ર લાલ ચાય છે, પરંતુ તેથી ધાસ્તી રાખવાનું દારણુ નથી.

૩ નેત્રરોગપર—લાલ ફટકડીને પથ્થરપર ધમી પેન જેવી લાંખીને લીસી કરવી તેના અંજનથી નેત્રની ઝાખ મટી ચારે દાયકા ચાય છે.

૪ ખરેસનો ઉપાય—ગેરડીના સીરકામાં સૂઈ અંજરને પલાળી રાખવાં ચાર દિવસ સૂઈ તે અંજર સીરકામાં પવળ્યા પછી તેમાંથી ચારપાંચ અંજર દરરોજ યોગ્ય સીરકા આવે ખાવાં ને તેમાં ખીજ અંજર નાંખના જવું પેનાં અંજર ખાતા સૂઈ નરાં નાળેનાં અંજર પનગત થાય. જરૂર પડે સીરકો પણ ઉમેરતા જવું. ચારપાંચ કરતાં વધારે અંજર ખાતામાં આવે તો બુધ્ધામ ચાય છે.

૫ ધાતુપૌષ્ટિક ગોળી—ફરમ-રીકકટમ ઝેન ૧૨, એક્રાકટ કાનાખીસ ઇન્ડીકા ઝેન ૪, એક્રાકટ નક્ષત્રોગિકા ઝેન ૩, એક્રાકટ હાયેરયામ ઝેન ૧૨. એ રીતે ઇંગ્રેજ દવા ભેગી મેળવીને તેની બાર ગોળીઓ ગુદરના પાતળા પાણીથી વાળવી. એક ગોળી સવારે ને એક સાંજે આપવી. ગોળી ખાધ તરત દુધ પમે તેટલું પીવું. ધી દુધનો આહાર વધારે રાખવો. ધાતુ જતી હોય તો તે બંધ કરે છે ને દૈવત આપે છે.

૬ પ્રદરરોગ ઉપર—ઝીક સક્કસ ઝેન ૮ ને એક ઝાંસ (અદીરૂપિયાભાર) પાણી માં નાંખી તેમાં મલમલ જેવું બારીક કપડું જનનેદ્રિયમાં ગડી મુકાય તેટલું પલાળા તેની ગડી મુકવી. આ કપડું પાંચ પાંચ મીનીટ દાદી તેને ચોક્કસ પાણીથી ઘોઈ નાંખી ફરી તેટલાજ વખતના ઝીકસક્કસના પાણીમાં પલાળી ગડી મુકવી. પાંચ મિનિટથી વધારે કપડું રાખવું નહિ; નહીતો જનનેદ્રિયનો ભાગ સંકોચાઈ જવાથી તે માર્ગ બંધ થઈ તેમાં આંગળા પથ્થુ જશે નહિ. રક્તપ્રવા જતો બંધ થયા પછી કપડું મુકવાની જરૂર નથી. આ ઉપાયની અસર તાત્કાલિક બેચાર કલાકમાં થાય છે. ઘણી વખતે સમકાર્ય કે બીજા શુભકાર્ય કરવાનો દિવસ નક્કી થયો હોય ને સ્ત્રી રજસ્વળા થાય છે ને આંગળા બીજો દિવસ રાખવા હરકત હોય છે ત્યારે સ્ત્રીઓ એક ઉપવાસ કરી બીજા દિવસે શુભકાર્ય કરવા બેસે છે. પરંતુ તેને વખતે રક્તપ્રવા થતો બંધ ન થયો હોય તો ઘણી અસર થાય છે. તેવા વખતે આ ઉપાય અમુલ્ય થઈ પડે છે.

૭ પુરુષાતનનો ઈલાજ—પુરુષની જનનેદ્રિય નિર્ગત થઈ હોય તો તેના ઉપર વેશ-ઑઈસ ( જે ઇંગ્રેજ દવાઓ વેચનારને લાં મળે છે અને એ તેજ સુંધવાથી મીઠુની વાસ આવે છે તે) ચોળવાથી કાપડો થાય છે. ચરીરની નસો અટકી ગઈ હોય ને વેદના થતી હોય તેના ઉપર ચોળા શેક કરવાથી કાપડો થાય છે.

૮ દુઃખતી આંખનો ઉપાય—એક દ્રામ પાણીમાં ચાર ઝેન ઝીકસક્કસ અંધવા શુગરલેક નાંખી તે પાણીનાં દીપાં આંખમાં દિવસમાં ત્રણવાર વખત નાંખે તો દુઃખતી આંખો મટે છે. પાણી વરતાવતું ઝીલી રાખેલું હોય તેમાં અગર શુભાખજના પાણીમાં મેળવી દીપાં નાંખવાથી વધારે કાપડો જણાય છે.

૯ ધાતુક્ષીણતા, પાંડુરોગ, ક્ષય વગેરેનો ઉપાય—ફાર્મોનેટ ઓફ આર્પન ઝેન ૭૨૦ એટલે ૩. ૪) ચારબાર, ધાયેલી સાકર ઝાંસ ૨૫ એટલે ૩. ૭૪૫૫ બાર, ગુદરનો ભુકો ઝાંસ ૧ ૬. ૨૫ બાર, ગુદરતું ચોખ્ખું પાણી ઝાંસ ૧ ૩. ૨૫ બાર. ઉપરની દવાને ભેગી મેળવી ધુદીને ગુદરતું પાણી મેળવી ગોળા કરતો તેની ૭૨૦ સરખી ગોળીઓ કરવી. માત્ર ૧ થી ૬ ગોળા દરમિયાન પ્રમાણે આપવી. ઉપર દુધ આપવું કમળાવાળાને દુધ આપવું નહિ. તે પાણી સાથે ૬ મધ 'સાથે લે.

૧૦ છોકરાની વરાધ ઉપરનો મલમ—સીમ્પલ ઑર્ગેટમેન્ટ તોલા ૧ માં યરચાર હ્યેટીક તોલો ૦ મેળવવું. તે મલમમાંથી ઘોડો વસંધ-ચએસા જાળકની ડાલી ઉપર ધસવાથી કાપડો થાય છે.

૧૧ વાળાનો ઉપાય—આકાલું દુધ દીપાં ૪ મેળા માત્રા ૩ માં નાંખી ખાતું. એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ ખાવાથી વાળો મટે છે. સકત પડે તો ધી ખાતું.

૧૨ વાળાનો ઉપાય—ધોળા કચુનરની નિશા મણપુર ત્રણ માત્રા મેળમાં ત્રણ દિવસ અપવાધી વાળાં દર મટે છે.

૧૩ મરડાનો ઉપાય—વરીયાળી ૩. ૪) બાર, ખમખત ૩. ૨) બાર, ઈલાયચી ૩. ૨) બાર, ધાત્રા ૩. ૨) બાર, સુક ૩. ૧ બાર, એ સર્વે જુદાં જુદાં કલેકામાં ગ્રેકલું. અને ખાંડી વેસ્રગાળ કરલું. તે સર્વના વજનથી બમણી ખાંડ મેળવવી. તે કાપી ૩. ૨) બારની સવારમાં લેવાથી ઝડપમાં ગોડી કે આમ પડતા હોય તે મટે છે.

## સુધાસાગર.

( લેખક:-તંત્રી. )

( અતુસંધાન ગત વર્ષના અંક ૯-૧૦ ના પ્રાન ૩૮૪ થી. )

કોળી કાંદામાં ટુકેલી ચાંદી ભરમ ખાવાની વિધિ—જે માણસના શરીરમાં ગરમીની ચાંદીઓ પડી હોય તેને એક રતી ચાંદી ભરમ પાનમાં સવારે અને સાંજે આપવી. સત દિવસ અગર નેર દિવમ ખરાવવાથી ચાંદીઓ મટી જાય છે, અને ધા પણ રૂઝાઈ જાય છે. શરીરમાં તાકાત આવી જાય છે. જેટલા દિવસ દવા ખાપ તેટલા દિવસ તેલની કપરી ( પરદેહ ) પાળવી, અને જે ચીજથી રસી પેદા થાય તે ચીજ ખાવી નહિ. જેને મધુ પ્રમેહ થયો હોય અને ધાતુ જરાએ ન હોય તેને બે રતી ચાંદી ભરમ મધમાં અગર તુલસીના પાનમાં મવારમાં આપવી, અને સાંજે એક રતી આપવી. એ પ્રમાણે દમ પદર દિવસ આપવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. જેટલા દિવસ દવા ખાપ તેના બમણા દિવસ કપરી પાળવી. તેલ, ખટાચ, અને રસી પેદા કરનાર પદાર્થની કપરી પાળવી. જેને સુકી ખાંડી આવે તેને બે રતી ચાંદી ભરમ બે તોલા ગાયના ધીમાં મેળવી ચગડવાથી ત્રણ દિવસમાં એ રોગ કુપર સારી અસર થાય છે. જેને હરેયાં ધાતુ પાતળી રહેતી હોય, શરીર કમજોર રહેલું હોય, તેજે બે રતી બાર ચાંદી ભરમ સવાર સાંજ ચાર તોલા ગાયના કુષની મવાઈ સાથે મેળવી ચાટવી. જેટલા દિવસ દવા ખાપ તેટલા દિવસ તેલ, ખટાચ, દીઘ, મરચાંની કપરી પાળવી.

કેસરમાં ટુકેલી ચાંદી ભરમ ખાવાની વિધિ—જે આદમી એકદમ નખુંસક થઈ જાય છે તેને ચાંદીની ભરમ રતી ૩, ચાર તોલા કુષની મવાઈમાં અથવા માંખજૂમાં ચટાડવી. ગ્રાઈ દિવમ સુધી આપવી. દવા ખાપ તેવી બમણા દિવસ સુધીની કપરી પાળવી.

જેના શરીરમાં કંઈ પણ ભતના વ્યાધિથી કુગી નીકળ્યું હોય, કાળજમાં ગરમી રહેતી હોય, તેને બે રતી ચાંદી એક તોલા માખજૂમાં મેળવી ખવડાવવી. સવાર સાંજ બે વખત ખાવાથી એ રોગ મટે છે. દવા ખાધા કુપર મધને પાણી મેળવી પીવાથી વધારે ફાયદો થાય છે. માણસને કામકાજ કરતાં દમ ચડતો હોય, કાળજે ધ્રુવરો થતો હોય તેને ચાંદીના ભરમ બે રતી એક તોલા મધમાં દિવસમાં બે વખત આપવી. ગ્રાઈ દિવસમાં અ. કૃતીમ રતી આપવી, તેલ અને ખટાચની કપરી પાળવી. દવા ખાપ તેનાથી બમણા દિવસની કપરી પાળવી.

જે માણસના કાંઈ પણ મળતા હોય કમર કુણતી હોય તેને ત્રણ રતી ભરમ આદાના રસમાં બે વખત ખવડાવવી. પાંચ અગર સાત દિવસ ખવડાવવી. કુપર લખ્યા પ્રમાણે કપરી પાળવી.

જે માણસને કોઠામાં હમેશ વાયુ રહેતો હોય, ઔઠકાર આવતા હોય, પચાવ ન થતો હોય, ઉલટી થતી હોય, પેટ ચઢતું હોય, તેને ત્રણ રતી રાજમૃગાંકની ભરમ એક તોલા, કુટીયા મધમાં અગર તો આદાના રસમાં દિવસમાં ત્રણ વખત ખવરાવવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. તેજ, ખટાશ અને વાયુની ચીજોની ક્યરી પાળવી. જે માણસને નલબંધ વાયુનો રોગ હોય તેને રાજમૃગાંકની ભરમ વગર જે રતી આદાના રસ અગર નાગરવેલના પાનમાં દિવસમાં જે વખત ખવરાવે તો સાત દિવસમાં એ રોગ મટે છે. વાયુકર્તા અને ચીકણી ચીજો બુદ્ધિજનુકશાનકર્તા છે. જે માણસના શરીરમાં ધાતુ 'કમ' હોય તેને એક રતી ભરમ સવારે અને સાંજે એક તોલા મધમાં મેળવી ચટાકવી. જે માણસને અગધવાયુ હોય તેને જે રતી ભરમ આદાના રસમાં અથવા તુગસીના પાનમાં સાત દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. ઉપરની જે રતી ભરમ જે તોલા કુખની મધમાં મેળવી ખાવાથી માણસના શરીરમાં તાકાત આવે છે અને બુદ્ધિ પ્રુષ્ઠિ આવે છે. ક્યરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી.

**ચંદ્રિકા ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ:**—જે માણસને રસવિકારનો રોગ હોય તેને એક રતી ભરમ એક તોલા માખણમાં મેળવીને ખવરાવવી, અને મધકર્તું તેવ નસો ઉપર માલેસ કરે. એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ કરવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેવ, ખટાશ અને મરચાં અને સ્ત્રીસંગ વર્જ કરવો. જે માણસને ઘુરતો સીતવાયુ હોય તે માણસને જે રતી ભરમ અરધા તોલા આદાના રસમાં આપવાથી એ રોગ જલદી મટી જાય છે. તેજ અને ખટાશની ક્યરી પાળવી. કોઈ પ્રકારનો સીતવાયુ હોય તો જે રતી ભરમ આદાના રસમાં અગર તુલસીના પાનમાં આપવાથી તે રોગ મટી જાય છે, અને લોહી લાલ રંગનું બની જાય છે.

**ભસ્મકાન્તીની ખાનપાનની વિધિ:**—જે માણસને પેટમાં કાષ્ઠપણ પ્રકારનો વાયુ હોય તેને ઉપરની જે રતી ભરમ બીજીપત્રના રસમાં અગર લીમડાના રસમાં મિશ્ર કરીને ખવરાવવાથી પાંચ દિવસમાં આરોગ થાય છે. જે માણસને અજનો પચાવ થતો નહોતો તેને એક રતી ભરમ તુગસીના પાનના રસમાં સાત દિવસ આપવાથી અજ પાચન થતા લાગે છે. જે માણસનું મકૃત-લીવર કુલી ગએલું હોય તેને ઉપરની જે રતી ભરમે એક તોલા મધમાં સાત દિવસ આપવાથી લીવર વધેલું જેટી જાય છે. તેજ ખટાશ ને વાયુકારક ચીજોની ક્યરી પાળવી નોષઝો, જે માણસને પિત્તપાંડુનો રોગ હોય તેને જે રતી ભરમ ધીમાં અથવા મધમાં મેળવીને દિવસમાં જે વખત એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. ક્યરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી. જે માણસને કોષ્ટાજી પ્રકારની ગાંઠ હોય તેને ઉપરની ત્રણ રતી ભરમ આદાના કે તુગસીના પાનના રસ અથવા તોલો લઈ તેમાં મેળવી ચટાકવી એ પ્રમાણે ચૌદ અથવા એકવીસ દિવસ આપવાથી એ રોગ મટી જાય છે. ક્યરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી.

**ગોરાસાની અજમામાં ટુકેલી ક્ષણ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ:**—ગોરાસાની અજમામાં ટુકેલી ક્ષણ ભસ્મ જે માણસના શરીરમાં જગડીતતા આવી ગઈ હોય તેને ત્રણ રતી ક્ષણ ભરમ ખવરાવવી. દિવસમાં જે વખત ખવરાવવી એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી અજ પુરપાનન આવે છે. તેવ ખટાશની ક્યરી પાળવી. જે માણસને ખરો

પ્રમેહ થયો હોય અને તનખવા થયો હોય તેને બે રતી કસબ બરમ મુળાના રસ તોલા ૧ માં ખવરાવવાથી પ્રમેહનો નાશ થાય છે. તેલ, ખટાચ, મરચાં, દુધ, ખાંડ વાયુકર્તા ચીજો અને અગ્નિ પ્રયંડ કરતી ચીજોની કપરી પાળની. જોને જગલ નાસુર થયું હોય તેને બે રતી શીરસના પાનનો રસ તોલા ૧ માં મેળવી પાવી. એ પ્રમાણે ત્રીસ દિવસ અગર એકવીસ દિવસ દવાનું સેવન કરવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે.

## સુનાવડનું આરોગ્ય, માવજત અને બાળમરણની અટકાયત.

( લેખક:—શેઠ ફરામજી ખરશેહજી, મું. લાવનગર. )

મારા શાણા ગણાતા હિંદુ બંધુઓ,

ધણી સ્ત્રીઓ તેમની સુનાવડમાં દેશી દાઢઓ અને તેમનાં દોઢડાણાં સગાંઓ તરફથી યતી ખોટી અનારોગ્ય સારવારને લીધે અકાળ મૃત્યુને વશ થાય છે. કેટલીક નસીમ જોગે જીવતી ઉઠે છે તો તે જીંદગી સગી મઠી રહે છે. આ કમજબીમાં કાંઈ સુધારો કેમ થતો નથી ? કારણકે તમે તમારી સ્ત્રીઓને દહીલાઈથી ધોર અગાનમાં રાખો છો તેથીજ આ પરિણામ નીપજે છે. કેટલીક દેશી દાઢઓ ચતુર હોય છે તોપણ સ્ત્રીઓનાં જનન આય-વોના શારીરવિદ્યાના જરૂરી જ્ઞાનને અભાવે તેઓ નિરપાય છે. તેથી કરીને જે પદ્ધતિ તેઓ મદજી કરે તે સ્વાભાવિક રીતે આરોગ્યરક્ષણના નિયમને અનુસરતી હોતી નથી. આરોગ્ય-રક્ષણના નિયમ વિરૂદ્ધ એક હાથ પછી સારવાર થાય તો તેથી યતો બગાડ, પછી દિવસો, મહિનાઓ અને વરસો સગી સારી રીતે સારવાર કરવાથી પણ મટી શકે કે સુધરી શકે નહિ.

તમારી સ્ત્રીઓને નિરતરના મંદવાડમણી ઉગારવી હોય તો શહેરમાં અને પ્રમાણમાં સુચાણીનું કામ કરનારી બધી બાઈઓની મોઢ કાપકામર લેનરાવવી જોઈએ. તે બાઈઓ એ ધધામાં કુશળ હોવાનાં તેમની પાસે પ્રમાણપત્રો કાપકામર ભાગવાં જોઈએ.

કોઈ સુચાણીનું કામ કરવાવાળી બાઈની બહેન કે દીકરી કે કોઈ સગી પણ સુચાણીનું કામ કરવાને હકદાર છે એમ જાનવારું હવે સમજાવી લેવાય તેમ નથી. જો તમારી દેશી દાઢઓ હાલના આજી જમાનાનું સુચાણીનું કામ જાણતી ન હોય તો તેમને હાલનું જોઈવું જરૂરી જ્ઞાન મેળવવાની ફરજ પાડવાનું તમારું પોતાનુંજ કામ છે. અને જો તેઓ તેવું જરૂરી જ્ઞાન મેળવવા અને તૈયાર થવા ના પાડે તો તેમને પછતી ચૂકી દેવી એજ ઉત્તમ રસ્તો છે. આટલું સું તમે ન કરી શકો ? પણ અફસોસ ! તમારું પોતાનુંજ એ ધાર્મિકમાં જે અગાન છે તે આવી મૂર્ખ સુચાણીઓના સીંદાવાના અને સ્ત્રીઓને ઝેર ચકાવવાના કામમાં તમને બાગીદાર બનાવે છે.

હું ખાનરીથી જણાવું છું કે-સ્ત્રીઓની સુનાવડમાં અને પછી બગાવર સંભાળથી તથા સાચીય રીતે જો મારવાર કરનાર્માં આવે તો સ્ત્રીઓનાં મરણનું પ્રમાણ અને બાળમરણનું પ્રમાણ ઓછું થઈ જાય; જેટલુંજ નહિ પણ મતાઓ અને છોકરાંને સારી તબદુસ્તી અને શરીરમજા પ્રાપ્ત કરનાર્માં પણ મણી મદદ થાય. આવજો મજબૂત માતાઓ બને, અને બાલકો મોટાં થાય ત્યારે બપવાન પુરશે અને સ્ત્રીઓ નીવડે.



આખા રાહરતા કેટલાક વૉર્ડ કે હોસા પાસવા, અને દરેક હોસામાં અમુક અમુક શેરીઓ કે મોહોલા દરાવવા નોંધએ, અને તેમાં રહેનારી બેત્રણ મોબાદાર અને કેળવાયથી સ્ત્રીઓને તે શેરીઓમાં વસનારી કંઈ કંઈ સ્ત્રીઓને સુવાવડનો સમય નજીક આવે છે તેની તપાસ રાખવાનું કામ સુપ્રત થવું નોંધએ. આવી જવાબદારીવાળા સ્ત્રીઓએ તેમની પામે જવું, તેમને સગર્ભાવસ્થામાં અને સુવાવડમાં કેવા કેવા આરોગ્યના નિયમો પાળનાતા છે તે સમજાવવું, અને જાલકની માવજત કેમ કરવી તે પણ શીખવવું; અને એક માતા જેમ પોતાની દીકરીને સીખામણુ આપે તેથી રીતે તેમને કાળજીથી અને ધીરજથી તમામ જાણતોની સમજુતી વારંવાર આપી કે જેથી કરીને સહીસ્રમામતપણે આરોગ્યના નિયમો પાળીને સુવાવડ મુજબેનમાં પસાર થાય.

દરેક મોહોલા કે શેરીની સ્ત્રીઓની એક પેચ-વૉર્ડ કમિટી થવી નોંધએ, અને તે પેટા-કમિટીઓની એક મુખ્ય વૉર્ડ કમિટી કરવી, અને તે જાવાનું એક સામાન્ય બોર્ડ રચાવવું. આ પ્રમાણે એક નોંધવું અને મદદાન કામ થાય અને તે સાથે વળી જનસમાજ તરફની આવશ્યક ફરજ પણ જાળવી રાખાય.

સ્ત્રીઓને આરોગ્ય અને કુશળ શરીર પ્રાપ્ત કરાવવું એ તેમની પ્રથમ સેવા છે. સ્ત્રીઓના આરોગ્યવર્ધક મહાન તરફથી ગર્ભાવસ્થા અને સુવાવડના પ્રયત્ને આરોગ્યના સાં શા નિયમો પાળવા નોંધએ તે વિષે સાફ જ્ઞાન ધરાવનારી એક કુશળ સુચાણીની પોતાની સંસ્થામાં ગોઠવણુ રાખવી નોંધએ. અને એ પ્રસંગે સ્ત્રીઓએ કેવા કેવા આરોગ્યના યમ નિયમો પાળવા નોંધએ તે જાણત વિષે તે સુચાણી પાસે સ્ત્રીઓને ભાષણો કરાવી સંભળાવવાં નોંધએ. સુવાવડ વખતે સ્ત્રીની છંદગી કેવી નોંખમમાં છે, તેવે પ્રસંગે તેમને એ પાઠ્યાની કેવી કેવી ખાતરી છે, અને તેનું શરીરજળ કેટલું ઓછુ થઈ જાય છે, તથા તેનું શરીર તેવે વખતે બહુ બાણું હોય છે, વગેરે જાણતવું તેમને શિક્ષણુ આપવાથી ધીમે ધીમે પણ સંગીન અસર થવા વગર રહે નહિ.

શુભરાતી ' ગર્ભોપાય' અને ' સુવાવડ અને દાયણ ' એમ ઘણાં સારાં પુસ્તકો છપાઈ બહાર પડેલાં છે. તે સિવાય પણ જીન્સ' પછાં પુસ્તકો સામાન્ય સ્ત્રી સમજ શકે તેવાં બહાર પડેલાં છે. ઇંગ્લંડમાં National Association for the Prevention of Infant Mortality એ Mother-craft નામની ચોપડી જે ભાગમાં બહાર પડી છે. તેમાં ઘણી જાણવા જેવી અને ઉપયોગી જાણનો છે. The National League for Physical Education and Improvement મંડળે પણ પછાં પત્રો અને ચોપાનિયાં બહાર પાડેલાં છે. કેટલાંક પત્રો સચિત્ર પણ છે.

સ્ત્રીઓનાં જનન અવયોગેનું યતન આપર. સારૂ મેંછક લેન્ટર્નની રસાઇડોનો અને ચિત્રનો દ્રશ્ય ઉપયોગ કરાવનો. ગર્ભાધારથી જુદી જુદી સ્થિતિઓ, જાતકની જુદી જુદી અવસ્થાઓ, વગેરે જાતાવડું; અને આગેજ્ય વ્યક્તિના નિયમોથી યત્ના લાભ અને અનારોગ્ય વર્તનથી યત્ના ગેરફાયદા તેમને બાર મુજબે સમજાવવા.

દુ તેમને ખાતરીથી કર્ફ હું, અને દરેક મમણુ માન્ય ખાતરીપૂર્વક કરી શકે, કે મનુષ્યજનતામાં સ્ત્રી જે ઘણી ઉગ્રોગી વ્યક્તિ છે તેને કાંઈ મુંબઈ ઇનિયર્સિટીના ઓડિયેટ થવાની જરૂર નથી. તેને મીક-મેટીન પન્ શીખવાની જરૂર નથી. તેને તો મૃદુ-આરોગ્ય

અને ગૃહવ્યવસ્થા આવડવાની જરૂર છે. કે જેથી તે ઉપયોગી માતા, મદદગાર બહેન, આવડતાવાળી દીકરી, અને કુશળ પત્ની બની શકે. તેને તો દુનિવાદારીના વિશ્વવિદ્યાલયની ગ્રેડ્યુએટ થવાની અગત્ય છે. કેમકે સ્ત્રીએ પોતાના ઘરમાં ઉપયોગી બનવાનું છે. આટલું જ્ઞાન તેમને મળે તો બસ છે. તેના શરીરનું આરોગ્ય અને તનદુરસ્તી તેને જોગવાઈ માટે સમર્થ બનાવવી, અને તેવીજ તનદુરસ્તી પોતાનો ફરજદારને પણ બક્ષી શકે તેમ કરવું જોઈએ. આથી વધારે ખીનું આપણે સ્ત્રીઓ પાસેથી વધારે શું જોઈએ ? જો તમે એ કરતાં વધારે પ્રવીણતા તેમનામાં હોવાનું જોવા આગર હો તો તેમને તેજ પ્રસંગ આપી જોઈતી અનુકૂળતા કરી આપો. જેડીઆ તાસની માફક સ્ત્રી-પુરુષ સાથે હો છે, અને સાથે આયમે છે.

તેમને જોઈ ઉપયોગી બાજનો યોજાવવી અને જે વધારે ઉપયોગના વિષયો છે તે તેમની કેળવણીમાંથી પડતા મુકવા, એવી રીતના શિક્ષણથી તમે તેમને કદિ પણ વધારે ઉપયોગી અને વધારે પ્રવીણ બનાવી શકવાના નથી. એ કાંઈ તેમને ઘટતી કેળવણીજ નથી, અને તેવી કેળવણી પાછળ ખરચાતો બધો પૈસો બરજાદ જાય છે એટલુંજ નહિ પણ તેમને જોઈતું જ્ઞાન ન આપવાનું પાપ ઉઠાડું બોલાય છે.

જે પ્રજામાં બાળમરણ્યની રાખ્યાનું પ્રમાણ બહુ મોટું આવતું હોય તે પણ તેની વચ્ચે સ્થાને લાંબન લગાડનાર છે. પ્રજાની સ્ત્રીઓને આરોગ્યસંરક્ષણનું અને જાળવણીનું શિક્ષણ આપવું જોઈએ. શાળાના ખીન અભ્યાસક્રમમાં આ વિષયને સ્થાન આપવું જોઈએ, અને તેના શિક્ષણ માટે ખાસ વખત રાખવો જોઈએ. બાલકોની શાસ્ત્રીય રીતે સંભાળ લેવા સાથે બાળ ઇસ્પતાલો સ્થપાય તો બહુ સારું થાય. આવી ઇસ્પતાલો માવરોને અને હંજા વર્ગની સ્ત્રીઓને એક શિક્ષણશાળા થઈ પડે; અને આમાં પુષ્કળ સાધનો સ્વેચ્છાએજ આવી મળવાં જોઈએ કે જેથી તેનાં સાધનોનાં, નાણાંનો અને વખતનો સહકાર થાય; તેમજ ગૃહસ્થ સ્ત્રીઓની બુદ્ધિ અને તેમની કુરંતી શક્તિ ઉત્તમ પ્રકારે દીપ્તી નીકળે.

જે-એક ખીન સ્થળે કહ્યું છે તેમ બાળમનોબાવના અભ્યાસથી માણસો દેવકોટિના બની શકે છે. આવી ઇસ્પતાલ સંપૂર્ણ દરજ્જાના માણસને કામ કરવા માટે ધાર્મિક તથા સામાજિક બાવના પ્રકટાવવાનું સાધન બનશે. બાળવયને એપમાંથી ઉઠારવાનું અને તેને મરણ્યમાંથી બચાવવાનું કામ સમગ્ર પ્રજાનું એક સૌથી વધારે ડઠાપણ બરેહું મગહું ગણી શકાય; અને તે પાછળે વાપરેલી સંપત્તિ શક્તિ અને સમય જરૂર સમયરસમાજની દોલતમાં એક મોટી થાપણ તરીકે જમા કરી ગણાય.

બાલકોની સંભાળ અને માનવજાત અવત ઉપયોગી છે. પ્રજા બાલકના પગ કપર આવે છે. બાલક એ મનુષ્યનો પિતા છે. કોઈ નવજાત બાલક વધીને મનમૂત માણસ બની શકે નહીં. દીકરીઓની તનદુરસ્તીની સ્થિતિ બાળગીને કોઈ પ્રજા વધારે તનદુરસ્ત બની શકે નહીં. બાલકની જરૂરી સંભાળ લેવાય તેટલી જોઈએ છે. પૂર્વ તરફના દેશોમાં બાળમરણ્યની રાખ્યાનું પ્રમાણ બેઠક છે; પરંતુ એવી આશ્વત્થમાં પણ આપણે નરીજાને અનુમાનીને એવી મોટી સડન ક્યાં કરીએ છીએ, અને આપણી બેરકારી અને પાપનો આશય પ્રશ્નને પગે મૂકીએ છીએ. આપણી સ્ત્રીઓજ આવી વાતમાં છેડ અડાન છે. તેઓ આપણી છદ્મીમરતની સાથી હોવા છતાં આપણા સનાતનપણાનાં ગર્વમાં તેમને અંધારામાંજ રાખીએ

છીએ; તેમની જરા પણ ઉન્નતિ થતી નથી; અને તેઓ તો તેમની આખી જીંદગી માત્ર પણ સમાન છોકરાં જણવાના સાંચા જેવીજ માળે છે.

છોકરાંની સંભાળ અને જરૂરી માવજતની બાબતમાં કાયદો કરીને રાજ્યસત્તાએ વચમાં આવવું પડે છે. યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સ, ઇંગ્લેન્ડ, ફ્રાન્સ અને જર્મની વગેરે ધણી રાજ્યો આવી પગલાં બરવાથી સાફ પરિણામ દેખાડી શક્યાં છે.

સુવાવડ પહેલાં, સુવાવડ દરમિયાન, અને સુવાવડ પછી પણ માતાથી બરાબર બરદાશ કરવી એ પ્રજાની સુખાકારી અને તનદુસ્તીનો પાયો છે. માટે તે ઉપર પણ રાજ્યસત્તાની દેખરેખ, સહકારિતા અને દીક્ષસાજી હોવી જોઈએ.

સુવાવડી સ્ત્રીની તનદુસ્તી જાળવવાનાં ખર્ચ સાધનો સ્વચ્છ હવા અને પ્રકાશ, પૂરતો આરામ, સારો પણ હલકો ખોરાક, અને આરોગ્ય સ્થિતિ છે એ સર્વે બાબતોનું અગત્ય, હકીલાપણું અને બેદરકારીના પ્રતાપે તો ઉપરની દરેક ચીજનો સામાન્ય રીતે સારી પેઠે અભાવજ હોય છે. કારણ કે જેટલું વિશેષ અનારોગ્ય હોય તેટલું સુવાવડીને શુભાના, બેસવાના અને રહેવાના ઉપયોગ અર્થે અર્પણ કરવામાં આવે છે.

કેટલેક દેશો સુવાવડીના ઔરડાની આબુખાબુ એટલે તો મંદપાઠ અને કચરો હોય છે, તથા તે ઔરડાની સ્થિતિજ એવી હવા-પ્રકાશ વગરની હોય છે, કે એવી સ્વચ્છ જગ્યાઓ કોઈ દેરની કોઠમાં કે જંગલી સ્ત્રીઓનાં મરમાં પણ ભાગ્યે જોવામાં આવે છે. શહેરમાં નાનાં મોટાં સ્તિકાગૃહો રાખવાં એ પ્રજાની આબાદીનું ચિન્હ છે. સ્ત્રીઓને ઘરતા માયાળુપણાથી તેમની સંભાળ લેવાનો એજ ખરો ઉપાય છે. બાલકોની અને માતાઓની બરાબર સંભાળ લેવાથી સમસ્ત પ્રજાને મજબૂત, તનદુસ્ત અને બળવાન બનાવવાનો દર્દ પાયો નખાય છે.

કેદરતી નખળા બાધાની સ્ત્રીઓ સુવાવડના પ્રસંગથી વધારે નખળા પડી જાય છે અને તેમાં વળી જો આરોગ્યરક્ષણના નિયમો બરાબર જાળવાય નહિ તો તેથી તેમને ક્ષય કે એવા બીજા કોઈ રોગ લાગ પડી જાય છે, અને એ રીતે શહેરની મરજીની સંખ્યા વધે છે. આપણામાં ધણાઓને ખીજ બાધડી હશે. મારા પોતાનાં સમાંવહાલાં તે ઝોળખીતામાં ચીજ અને ચોથી બાધડી તો દુ જોઈ હું. તે દેખાડી આપે છે કે એક શુભે-સંસાર ચલાવતાં કેટલી સ્ત્રીનાં બંધિદાન દીધાં છે.

બાલકના જન્મની નોંધ, પ્રસૂતિ વખતે માતાની શારીરિક સ્થિતિ, અને બાલક કેવી સ્થિતિમાં અવતર્યું છે, એ વગેરે લેહક અને આરોગ્યને લગતી બાબતોની નોંધ દાખલો પાસેથી લેવાનો, અને તે સધળી દૃષ્ટિકત યોગ્ય રચણે ગોઠવી દેવાનો ફરજિયાત કાયદો જો આપણા દેશમાં હોય તો કેવું સાફ ? આ સર્વે દૃષ્ટિકત બહુ ઉપયોગી થઈ પડે એવી છે. આપણું સૌ જાણે તો આપણું અંદર અગાંજ છે. અંગ્રેજ લોકોમાં કહેવત છે કે અગાંજમાં સુખ છે. પણ આ કહેવતનો કડવો વ્યતિ અનુભવ તો આપણા દિન્દી બાધજોજ બેધક લે છે. સ્ત્રી અને બાલકોનાં આરોગ્ય અને તનદુસ્તી જાળવવા માટે આવી, દૃષ્ટિકતો પૂરેપૂરી અથવા થોડે ઘણે દરજ્જે અનુભવમાં આવતાં આપણે બલિષ્ઠમાં તેને માટે શા શા ઉપાયો લેવા તેની યોગના કરી જોઈએ તેમ છીએ. પ્રસૂતિના વખત પહેલાં કેટલી કરુણાવાદ શાય છે તે, બાલક જન્મતી વખતે કેટલાં મંદિલાં અવતરે છે તે, જન્મીને તરતજ કેટલાં મરે છે

તે, અને એક વરમની અંદરની ઉમ્મરનાં કેટલાં બાલક શા શા કારણથી મરે છે, તે સર્વ હકીકતો બહુ ઉપયોગી છે; પણ ઉચ્ચ અને નીચ, અમશુ અને વિકાસ, સતાધારી અને રાંક એ સર્વમાં આ જાળતત્ત્વ અત્યંત એક સરખું બાપી રહેવાથી હજી સુધીમાં આવી કાંઈ પણ હીલચાલ કરવાતું આપણને સૂઝતું નથી, અને કદાચ કેટલાં સૂઝે તો તેને હસી કાઢવાની અથવા તો તે કાંઈ સમજતો નથી, ધાંધ છે, વગેરે વગેરે કીક પડે તેના વિચારો તેને માટે દર્શાવીને અસલ જે અનંત અજાનની સ્થિતિમાં આપણે છીએ તેજ સ્થિતિમાં રહેવાની આપણી રીતિ પ્રગળ છે !

બીજા દેશો અને શહેરોમાં શું શું થાય છે તે તરફ જરા દષ્ટિ નાંખી જુઓ. કારણકે બીજાનું સાફ આચરણ જોવાથી આપણું જીવન સુધરવાની વક્રી રહે છે.

જીવનમાં આવેલ બેદરશી સહેરમાં કેટલીક ઉપયોગી હીલચાલ થઈ છે તેના આપણે યોગ્ય વિચાર કરીશું.

૧. ગર્ભમાં રહેલા બાલકની તંદુરસ્તી પોતાની માતાની પ્રસૂતિ પહેલાંની તંદુરસ્તી અને શારીરિક સ્થિતિ ઉપર આધાર રાખે છે માટે માતાની ગર્ભાધાનની સ્થિતિમાં સંભાળ રાખવી તે જરૂરનું છે. હુશિયાર નર્મ અથવા ડાક્ટરની સંભાળ નીચે આવી આશાવાળી બાઈઓને રાખવાથી કેટલીક વાર પ્રસૂતિ વખતે શું શું જાનની તૈયારી પ્રથમથી જોઈએ તેના ખ્યાલ આવે છે, અને આમ કરવાથી માતા અને બાલક એ બન્નેને બહુ ફાયદો થાય છે. માતાને યોગ્ય દવા તથા ખોરાક આપવામાં આવે છે અને તેની જરૂરી માવજત લેવામાં આવે છે. આ વિચારો અમલમાં લાવવાને આશાવાળી બાઈઓને ઘેર કેટલીક નર્સ અથવા બહેન સ્ત્રીઓ જામ છે, અને તેણીને જરૂરી જ્ઞાન આપે છે. તે સિવાય તે આશાવાળી સ્ત્રીની સ્થિતિના પ્રમાણમાં અને જરૂરીઆત પ્રમાણે સોભાણી, લૂગડાં, દવા અને સારવાર વગેરેની મદદ કરવામાં આવે છે. પ્રતીક ડાક્ટરની મદદની ખાસ જરૂર હોય તો તે પણ મફત મળી શકે છે. અને પ્રસૂતિને વખતે તે સ્ત્રીને જે દવાખાનામાં રાખવાની જરૂર જણાવી હોય તો તેમ પણ કરવામાં આવે છે.

૨. પ્રસૂતિ થયા બાદ પણ માતાને અને બાલકને અનુભવી ડાક્ટરો અને નર્સની સંભાળ નીચે લામો વખત રાખવામાં આવે છે.

૩. બાલકોની દવા કરવાને અને તેની યોગ્ય માવજતને વારંવાર દવાખાનાં રાખવામાં આવે છે જેથી ખરાબ કેસોમાં બાલકોને દવાખાનામાં જ રાખી દવાદાર વગેરેની ગોઠવણ કરવામાં આવે છે.

૪. ધનકાવનારી માતાને પુરતો, જરૂરી અને પૌષ્ટિક ખોરાક પૂરો પાડવાની ગોઠવણ કરવામાં આવી છે. આવી રીતે રોજ પચીસ જેટલી માતાને ખોરાક પૂરો પાડવામાં આવે છે. હયા દરજ્જાની સ્ત્રીઓ આવી મર્યાદામાં સેવા જાળવે છે.

૫. બાલકોનાં આંખનાં, કાનનાં, ગળાનાં, અને નાક વગેરેનાં દર્દોને વારંવાર ખાસ દવાખાનાં ખોલવામાં આવ્યાં છે.

૬. બાલકોને વારંવાર તદ્દન સ્વચ્છ અને નીરોળ દૂધ પૂરું પાડવાની કીપો ખોલવામાં આવી છે.

મિ. ઇ. જી. સ્મીથે 'Maternity and Child Welfare' કરીને એક ચોપડી

બહાર પાડી છે તેમાં આ બાળતનો બહુ સારો ચિતાર ચિત્રો સાથે આપેલો છે.

યુરોપની કેટલીક પ્રજામાં તો લોકો વરસમાં એક દિવસ “ માતાના દિવસનો ઉત્સવ ” તરીકે ઉજવે છે, કે જ્યાં તેમને માતાના ઉપકારો અને માતાના મહિમાનું હમેશા સ્મરણ રહે. આનું આપણે ત્યાં આપણે પણ શું ન કરી શકીએ ? એવા ઉત્સવના દિવસે. આપણે માતાપૂજન અર્થે આખા વરસમાં શું શું કર્યું છે તેનું જમાવજમાવ કાઢીને દિસાજ ચોડખો કરવો ઘટે છે; અને આપણી જાતને પૂછવું જોઈએ, કે તે આખા વરસમાં સ્ત્રીજાતની સેવા-માં-તેમની ઉન્નતિ કરવામાં, તેમનું શારીરિક, માનસિક, વ્યાવહારિક અને નૈતિક બાળતોમાં શ્રેય કરવા માટે-મે કંઈ ઉદ્યમ કર્યો છે કે કેમ ? મે એક પુત્ર તરીકે, બાઈ તરીકે, પતિ તરીકે, શિક્ષક તરીકે, વકીલ તરીકે કે રાજદારી તરીકે-કુંકાણમાં એક મનુષ્ય તરીકે-દરરોજ એક કે અઢી કલાક પણ જનસમાજમાં સ્ત્રીને માટે તથા તેમના સ્થાનને માટે કદી કંઈ વિચાર કર્યો છે ? અને મારા કુટુંબની, મારા દેશની, અને મારી જાતની ઉન્નતિ માટે કદિ કંઈ પ્રયાસ કર્યો છે ? એમ પોતાના મનને પૂછવું જોઈએ. ‘વનિતા સ્ત્રીજાતની વનિતા’ છે, એ મહામંત્રનું હમેશાં મનન કરો.

નખળા બાંધાતી સ્ત્રીઓ એ આખી સમાજની નિર્જનતા સૂચવે છે; અને સ્ત્રીઓનું અજાણ્યપણું એ પ્રજાના પછાતપણાની સાબિતી છે, તથા નખળાં બાલકો એ પ્રજાની અજ્ઞાનતાની નિરસશય નિશાની છે !

હિન્દુસ્તાનમાં સ્ત્રીઓનાં અને બાલકોનાં કેટલાં મરણ ક્યાં ક્યાં દર્દી થાય છે એ હકીકત બતાવનારાં કેટલાંક પત્રકો મારા વ્હાલા બંધુઓને તેનો બરોબર ખ્યાલ આપવા માટે આ નીચે ટાંકવામાં આવ્યાં છે.

### પત્રક ‘અ.’

હિન્દુસ્તાનમાં બાળમરણ પ્રમાણ નીચેનાં આંકડાઓથી કેટલું જાણનીય છે ?

બાળમરણનું પ્રમાણ કાઢવામાં એક વર્ષ અને તેનાથી ઓછી ઉંમરનાં મરણજ ગણાય છે. ઇંગ્લંડમાં ૧૯૧૬ ના આંકડા પ્રમાણે ૧,૦૦૦ માં ૯૧ બાલક મરે છે. તેજ સાલમાં હિંદના જુદા જુદા ભાગોમાં ૧,૦૦૦ માંથી કેટલાં મરે છે તે નીચે લખેલ છે.

ઇંગ્લંડ અને વેલ્સ ...	...	...	...	...	૯૧
બંગાળ ...	...	...	...	...	૨૭૦
મદ્રાસ ...	...	...	...	...	૧૯૯
મુંબઈ ...	...	...	...	...	૩૨૦
પંજાબ ...	...	...	...	...	૨૦૬
મધ્યકલ પ્રાંત ...	...	...	...	...	૩૫૨
બિહાર ...	...	...	...	...	૩૦૪
બરમા ...	...	...	...	...	૩૩૨

ઉપરના આંકડાથી જોઈ શકાય છે કે ઇંગ્લંડના કરતાં હિંદમાં બાળમરણ પ્રમાણ સાદા-જણી ગણાય છે. ઇંગ્લંડમાં મહાનસંસ્કારકોના પ્રયામથી અને કેળવણીના પ્રચારથી મરણ પ્રમાણ ઘટતું જાય છે. હિંદમાં તો તેની અત્યારે આશા નથી. (અપૂર્વ.)

## અંથ સ્વીકાર.

(લેખક:—તંત્રી.)

નહીયાદ હિન્દુ અનાથ આશ્રમનો સન ૧૯૧૬-૧૭ નો વાર્ષિક રીપોર્ટ—તે સંસ્થા તરફથી અમને મળ્યો છે. આ આશ્રમનું કામ ઉત્તમ પ્રકારે ચાલે છે. અનાથો તરફ પુરી કાળજી રખાય છે. રીપોર્ટવાળા વર્ષમાં થયેલું કામ સંતોષકારક છે. ચાલુ વર્ષે વરસાદ જોઈએ તેવો ન થયાથી હુકાળ છે. આ આશ્રમ વગર ફંડે ઉભું થયેલું છે આવા વર્ષમાં અનાથોના પોપણનો આધાર ઘાતાઓ તરફથી મળતા દાન ઉપરજ છે. ચાલુ સાસમાં હુકાળ પડેગે અને ઇન્ડિયન જોવા અપકર રોગથી સંખ્યાબધ માણસોનાં મરણ થાય છે અને અનાથોની સંખ્યા વધે છે આના વખતે આ આશ્રમને પૈસાની મદદ આપવાની ખાસ જરૂર છે.

મરહુમ ઝેરી હાનલાલ મગનલાલ હિન્દુ અનાથ આળકાશ્રમ પાટણ (ગુજરાત) નો તા. ૧ મે સન ૧૯૧૭ થી તા. ૩૦ એપ્રિલ સન ૧૯૧૮ આખરનો વાર્ષિક રીપોર્ટ અમને મળ્યો છે. રીપોર્ટવાળા વર્ષમાં આશ્રમનું કામ સંતોષકારક થયેલું જણાય છે. ચાલુ વર્ષમાં આ સંસ્થાને પણ પૈસાની મદદ કરવા ઘાતાઓને વિનવવામાં આવે છે.

સસ્તા સાહિત્ય વર્ષિક કાર્યાલયની ઉત્પત્તિ સ્થિતિ ને લાલચ—સંવત ૧૯૭૨ સુધીના દશ વર્ષોના અહેવાલ અને હિસાબ મહિત-પ્રકાશક સરલ સાહિત્ય વર્ષિક કાર્યાલય મુંબઈ અને અમદાવાદ. આ પુસ્તક અમે વાંચી જોયું સંવત ૧૯૭૨ સુધીના દશ વર્ષોમાં આ સંસ્થાએ સર્વોત્તમ ગણાતા ગ્રંથો અને પુસ્તકો બહાર પાડેલાં છે. અને પ્રજા વર્ગની સેવા ઉત્તમ પ્રકારે જાળવી છે; અને સંસ્થાનું કામ સુવ્યવસ્થિત અને નિયમિત રીતે થયેલું જોઈ આ સંસ્થાના નેતા ને આશ્ચર્યમાં અપડાવેને અમે ધન્યવાદ આપીએ છીએ.

સ્વામિ રામકૃષ્ણ કથામૃત—ભાગ પહેલો પણ આ સંસ્થા તરફથી અમને મળ્યો છે. સ્વામી રામકૃષ્ણ પરમહંસ જેવા સમર્થ અવતારી પુરુષના સ્વમુખથી જે વચનો નીકળ્યાં છે તે ખરેખરા અમૃતરૂપ છે અને તેમણે કરેલો ઉપદેશ ખાસ મહત્વ કરવા લાયક છે. આવું ઉપયોગી પુસ્તક જનસમાજ આગળ સસ્તા સાહિત્ય વર્ષિક કાર્યાલયે સુકેલું છે તેને માટે તેમને જોરો ધન્યવાદ આપીએ તેટલો કમી છે.

વ્યાયામ કળાશાસ્ત્ર સચિત્ર પુસ્તક ૧ હું ચિત્ર ૩૩૫. સંશોધક હાનલાલ લલિતુભાઈ સાહ દેશીનાથ અને લેખકદ્રિશ વગેરેના રચનાર કિમ્મત રૂ. ૨-૦-૦. આ પુસ્તક તેના કર્તા તરફથી અમને અભિપ્રાય માટે મળ્યું છે. આ પુસ્તકમાં ઘણી જાતની કસરો જાતાવી છે. આ પુસ્તક શાળાઓમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થી વર્ગને ધાર્યું ઉપયોગી છે તેમજ તેમાંની કેટલીક કસરો ઉમર લાયક માણસો પણ કરી શકે તેવી છે. આપણા દેશમાં સાંપ્રતકાળમાં પ્રજાવર્ગ નજીક થતો જાગ છે તેથી શાળામાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓએ આ જાગત ઉપર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે.

શ્રી પ્રતોત્તર માળા—પ્રજેતા વિદેશમુક્ત અહનિષ્ટ મી હોટમ મહારાજ. ગાને સાહોદરા નાગર રહેવાસી મોજે મલાવજો તાજે પેટલાદ. સુમુશ્યોના દિવાલ્ય પ્રગટ કરનાર

મણીલાલ મગનલાલ ત્રિવેદી, મંત્રી શ્રી સનાતન ધર્મ પુસ્તક પ્રસારક કાર્યાલય રાયપુર પખાલીની પોળ ચાર શેરી અમદાવાદ, કિંમત રૂ. ૧-૮-૦ પોસ્ટેજ ખર્ચ જુદું. મહાત્મા બ્રહ્મનિષ્ઠ શ્રી હેટ્ઠમ મહારાજના નામથી બાળેજ કોષ અગ્રણ્ય હશે. તેમણે જનકદયાળુ માટે લગભગ ૪૩ ઉપરાંત પુસ્તકો રચ્યા છે અને તે દરેક પુસ્તક ઉત્તમ પ્રકારના બોધથી ભરેલું છે. આ પુસ્તક પણ તેમનું સ્વેચ્છું છે અને અત્યુત્તમ તથા મનન કરવા લાયક છે.

**રૂપિવિદ્યા**—નામનું પુસ્તક પણ અમને શ્રીયુત રા. રા. મણીલાલ મગનલાલ તરફથી મળ્યું છે. આ પુસ્તક રચી તથા છપાવી પ્રગટ કરનાર મણીલાલ મગનલાલ છે કીંમત રૂ. ૨-૮-૦ છે. પોસ્ટેજ ખર્ચ જુદું છે. આ પુસ્તકમાં યોગશાસ્ત્ર, સ્વરોહય અને પ્રાણવિનિમયવિદ્યા સંબંધે લખેલું છે. કર્તાએ પોતાને થયેલા અનુભવના દાખલા પણ આપ્યા છે તેમજ શ્રી પુરુષોત્તમ સિદ્ધ યોગીનું આખ્યાન પણ લખેલું છે. આ પુસ્તક રચનામાં મી. મણીલાલે ઘણો શ્રમ લીધો જણાય છે. મી. મણીલાલ એક ધર્મનિષ્ઠ અને ઉત્સાહી પુરુષ છે. અને પુસ્તકો વાંચવાને લાયક છે.

**કમ્પાઉન્ડર્સ હેન્ડબુક**—ડોક્ટર, વૈદ્ય, કમ્પાઉન્ડર, નર્સ, ડ્રેસર અને ગૃહપરોગી. યુનિવર્સિટી બાયામાં પ્રયોગક ઉમ્મર માનજી ચોડાણ સિવિલહોસ્પીટલ ગોન્ડલ કાઠીયાવાડ પ્રકાશક ધર્મભાઈ જમાલ બેલીમ ધોરાજી કાઠીયાવાડ. આવૃત્તિ ૧ લી. કિંમત રૂ. ૧-૦-૦ આ પુસ્તક અમને પ્રયોગક તરફથી અભિપ્રાય માટે મળ્યું છે.

સાપ્તકાળમાં આપણા આર્યાવર્તમાં કેટલા દેશી વૈદો, ગાંધીઓ, હાટ્ટાઓ અને બેચાર વૈદકનાં પુસ્તકો ખરીદ કરી વૈદક ધંધામાં કુશળતા બતાવનાર વૈદકોને દેશી યુગની કે બીજી કડાકટ બંદેલી દવાઓ બનાવવામાં પોતાનો વખત ન રોકતાં પરદેશથી તૈયાર થઈ આવતી ઈંગ્રેજ દવાઓનો હાલચાલ ઉપયોગ કરવા લાગ્યા છે. પરંતુ વૈદકતા ધંધો એવો છે કે જેમાં મનુષ્ય જાતના કરોડો રૂપિયા ખર્ચતાં પણ ન મળી શકે તેવા અમૂલ્ય દેહ સાથે સંલગ્ન થએલા રોગ સાથે યુદ્ધમાં ઉતરવાનો છે. એ યુદ્ધની અંદર જે સાવધાની રાખવામાં ન આવે અથવા તો બૂલ યાય તો અમૂલ્ય દેહનો નાશ થઈ મૃત્યુ યાય છે. આવી સ્થિતિમાં સારવાર કરનાર વૈદ્ય, ડોક્ટર, હકીમ કે કમ્પાઉન્ડર ઘણી સાવધાનીથી કામ કરવાનું છે. સોંકામાં એક કહેવત પ્રચલિત છે કે “શત્ આરી બરેહિસ” એ ગાજુમ માટે ત્યારે વૈદ્ય થવાય છે. ચાલુ જમાનામાં સંખ્યાબંધ માણુઓ વૈદકનો ધંધો કરવા લાગ્યા છે, અને હાલ ચાલુ ઈંગ્રેજ દવાઓનો ઉપયોગ કરવા લાગ્યા છે. ઈંગ્રેજ દવાઓમાં અધ્યાત્મિક દવાઓ ઝડેરી છે અને યોગવાની દવાઓ પેટમાં જાય તો તરકાલ પ્રાણુ લે છે. તેમજ પેટમાં આપવાની દવાઓ પણ પ્રમાણ કરતાં જરૂરી આપવામાં આવે તો ઝડેર ચડે છે ને તુકશાન કરે છે. એન્ટીપાયરીન જેની દવા તાવ ઉતારવા માટે અચાપ છે પરંતુ તેજ દવા દારૂડીસીઝનાથને આપવામાં આવે તો હન્ય બંધ પડી પ્રાણુ જતો રહે છે. તેથીજ આ કહેવત પ્રચલિત છે. બાકી ખરો અર્થ તો સો મરજો ચતાં જ્યારે વેદો જુએ ત્યારેજ તેને વૈદકનું પદ જાન થાય અને નિર્ગન ચિહ્નિત્વા કરી શકે. આખી દુનિયામાં અત્યંત કુશળ તરીકે ખ્યાની પાગીને મ્હોટામાં મ્હોટી શી ગ્રેવનાર નિશ્ચિપ્તિવાત ડોક્ટરોમાંના એક તરીકે મનાવ ડોક્ટર (Bailie) એ ચાવીસ વર્ષના અનુભવ પછી પોતે મરણ સ્થામાં પડે પડે એવા નિશાસ નાખ્યા દતા કે *I wish I could be sure that I have not*

killed more than I have cured" એટલે કે જેટલા દરદીઓને મેં સાજા કર્યા છે તેના કરતાં વધારે દરદીઓને મેં મારી નાંખ્યા નથી એવી મહારા અંતઃકરણને ખાતરી કરી આપવાને હું હચ્છું છું. અર્થાત મહારા હૃદય એમ કહે છે કે જેટલા દરદીઓને મેં સાજા કર્યા હશે તેના કરતાં વધારે દરદીઓને મેં મહારી દવાઓથી મારી નાંખ્યા છે. આવા સમર્થ વિદ્વાન ડોહરોને હાથે ભારે ઇંગ્રેજ દવાઓ વાપરવાથી મરણો થવાનું ને કહે છે તો પછી એ વિદ્વાનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન અને અનુભવ મેળવ્યા સિવાયના વેદ કે શેષ શુ વેદ થએલા કે સુંકેને ગંગડે વેદ અનેલાને હાથે એવી દવાઓ અમળ્યતાં આપવાથી પશુ કેટલાં માણસોનાં મરણ થતાં હશે તે કહી શકાતું નથી. માટે ઇંગ્રેજ દવા વાપરનારાઓનાં વેદપ્રાય કોલેજો કે સ્કૂલોમાં અભ્યાસ કરી ડીપ્લોમા ન મેળવી હોય તેવા માણસોને આ પુસ્તક અતિ ઉપયોગી થઇ પડશે. કારણ તેવી માહિતી મેળવવા માટે ગુજરાતી બાપામાં એક પણ પુસ્તક સાઝ નહોતું. રા. રા. સંકરલાલભાઈએ મેડીસીન મેડિકાલ ગુજરાતી બાપામાં એક સાઝ પુસ્તક લખેલું છે. પરંતુ તેમાંથી પણ કમ્પાઉન્ડિંગ વગેરેનું કામ કરનારને જોઈતી માહિતી મળે તેમ નથી. આ ખોટ પુરી પાડના રા. રા. ઉમ્મર માનજી ચૌહાણ જેઓ મોન્ટેક્સની સિવિલસેરપીટલમાં લાંબા વખતથી નોકર છે અને કમ્પાઉન્ડિંગ વગેરે સંબંધીનું ઉત્તમ જ્ઞાન ધરાવે છે તેમણે આ પુસ્તક રચીને ખોટ પુરી પાડેલી છે એ પુસ્તક તે ઇંગ્રેજ દવાઓ વાપરનારને અત્યંત ઉપયોગી થશે એમ મુકારી ખાતરી છે. પુસ્તકની કિંમત જો કે રૂ. ૧) રાખેલી છે પરંતુ તેમણે લીધેલા મૂલ તરફ નજર કરીએ તો તે કંઈ વધારે નથી. આ પુસ્તકમાં ક્યા ક્યા વિષય આવેલા છે તેનું હુંકમાં વિવેચન નીચે આપ્યું છે. વાંચવાથી વાંચક વર્ગની ખાતરી થશે કે એ પુસ્તક અતિ ઉપયોગી છે એમાં કંઈ શક નથી.

અરજી ૧ ના પાન ૧ થી ૪ સુધીમાં કમ્પાઉન્ડરની સી સી ફરમે છે તે સંબંધી સારી રીતે વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. કમ્પાઉન્ડર દોકોની બેદરકારીથી અને બહેથી ઘણી વખતે દરદીઓનાં અચાનક અને-તાત્કાલિક મરણ થવાના કાષ્ઠા અનેવા અનુભવમાં આવ્યા છે. પાન ૫-૬ માં ઇંગ્રેજ અને ફેરી ઔષધીઓનું તોલ માપ આપેલું છે. પાન ૭ થી ૧૬ સુધી એકસેટ ઇન્ફ્યુઝેન્સ, લાઇકર્સ, મીક્ચરો, પીલ્સ, વગેરેની જનાવરો ખતાવો છે. પાન ૧૭ થી ૨૦ સુધી ઔષધોના ગુણધર્મદર્શક નામ તથા વર્ગ છે. પાન ૨૧ થી પાન ૪૧ સુધી ઔષધીઓનાં નામ તથા તેની માત્રા (ડોઝ) ક્યાંથી ક્યાં સુધી આપી શકાય તે જતાવેલું છે. પાન ૪૨-૪૩ માં જે ઔષધીઓ અંતરોપચાર તરીકે (ખાવા પીવામાં) ન આપી શકાય તેનાં નામ છે. પાન ૪૪ થી પાન ૪૮ સુધીમાં ઇનકોમ્પેડીબલ મેડીસીન (જે દવાઓ મળતાં મિશ્રણ બમડી બધ તેવી દવાઓનું) લીસ્ટ આપેલું છે. પાન ૪૯ થી પાન ૫૨ સુધીમાં ઇંગ્રેજ ઔષધીનાં નામ અને ઉપનામ આપેલાં છે. પાન ૫૩ થી ૫૫ જુદી જુદી દવાઓના એક બાગ જુદા જુદા પ્રદર્શ કેટલા બાગમાં ઓગળા બધ તે દર્શાવનાર કોષ્ટક છે. પાન ૫૬ થી ૬૨ માં કમ્પાઉન્ડિંગ અને ડીસપેન્સીંગ કામ કેમ કરવું તે જતાવ્યું છે. પાન ૬૩ થી ૬૮ પ્રીસ્રીપ્શનમાં વપરાતા લેટીન શબ્દોના અર્થનું વર્ણન છે. પાન ૬૯-૭૦ પ્રીગ્રીપ્શનનું લખાણ અને વાંચન સંબંધે છે. પાન ૭૧ પ્રીસ્રી. પદ્ધતિને લગતી મુશ્કાળો છે. પાન ૭૨ દરદીની જિમરના પ્રમાણમાં ઔષધ આપવાની માત્રાનું કોષ્ટક છે. પાન ૭૩ દરદીઓને દવા આપવાના વખતનું વર્ણન છે. પાન ૭૪ માં દરદીના



મણીલાલ મગનલાલ ત્રિવેદી, મંત્રી શ્રી સવાતન ધર્મ પુસ્તક પ્રસારક કાર્યાલય રાયપુર  
પખાલીની પોળ ચાર સેરી અમદાવાદ, દિ. ૨૦-૧-૮૦ પોસ્ટેઝ ખર્ચ જુદું. મહાત્મા  
અહિનિષ્ટ શ્રી છોટમ મહારાજના નામથી આગેજ કોષ્ટ અજાણ્યું હતો. તેમણે જનકદાસ  
ભાટે લગભગ ૪૩ ઉપરાંત પુસ્તકો રચ્યાં છે અને તે દરેક પુસ્તક ઉત્તમ પ્રકારના બોધથી  
બરેલું છે. આ પુસ્તક પણ તેમનું રચેલું છે અને શ્રવણ તથા મનન કરવા લાયક છે.

રૂપિવિધા—નામનું પુસ્તક પણ અમને શ્રીયત રા. રા. મણીલાલ મગનલાલ તર-  
ફથી મળ્યું છે. આ પુસ્તક રચી તથા છપાવી પ્રગટ કરનાર મણીલાલ મગનલાલ જે  
દી. ૨૦-૧-૮૦ છે. પોસ્ટેઝ ખર્ચ જુદું છે. આ પુસ્તકમાં યોગશાસ્ત્ર, સ્વરોહ્ય :  
પ્રાણવિનિમયાવધા સંબંધે લખેલું છે. કર્તાએ પોતાને યોગના અનુભવના દાખલ

यस्मिन् देशे हि यो जातः तज्जं तस्योपध दितम् ॥  
स्वदेशीना आग्रह એ દેશની માટી સેવા છે.

ગુણકારક, કિકાયત અને શાસ્ત્રોક્ત દવાઓ, પૂર્ણસત્વ અને  
શુદ્ધિ જળવાઈ રહે તેવા સંચાઓથી, ઉત્તમ, તાજ  
અને ખંરી વનસ્પતિમાંથી તૈયાર કરનાર

# ઝંડુ ફાર્માસ્યુટિકલ વર્ક્સ.

એલફીન્સ્ટનરોડ, મુંબઈ.

અમારી દવાઓની ખાતરી વૈદ્યો અને ડાક્ટરોએ વાપરીને  
કરેલી છે તેમાંની કેટલીએક ઝેવી છે:—

વાસાલેક, ખાંસીની ઉત્તમ દવા. ૧ રતલની કી. ૦-૧૦-૦.

શુદ્ધરમ્ણાદિ કવાથ-પ્રવાહી રક્ત શુદ્ધિ માટે એકસીર.

૧ રતલની કી. ૩. ૧-૦-૦

તાવની ગોળી. મેલેરિયા અને ખીજ ટાળીયા તાવને તાત્કાલિક મટાડનાર

૩૨ ગોળીની કી. ૩. ૦-૮-૦.

## આયુર્વેદ વિજ્ઞાન.

(વેદાના વિવિધ વિષયો શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચિત માસિક.)

આરોગ્ય સંબંધી તથા વેદક સંબંધી આમાન્ય જ્ઞાન મેળ-  
વવાની માણુસ માવની ફરજ છે.

આયુર્વેદક જ્ઞાન મેળવવા માટે સારામાં સારું સાધન માસિક છે.

શુભગતના ઉત્તમ લેખના લેખોથી ભરેલું આ માસિક દરેક શુદ્ધરમ્ણે વાંચના  
લાયક છે.

વાર્ષિક કિંયાજમ, માત્ર રૂ. ૧-૮-૦.

મુંબઈની મુખ્ય ડીપો:

૧૧ની મહાજન વાડી, કલ્યાણદેવી રોડ. તારતુ શીરનામું:—“ઝંડુ” મુંબઈ.

ટેલીફોન નં. ૨૨૦૬.

કારખાનાનો ટે. નં. ૨૨૦૮.

પ્રાઈસલીસ્ટ માટે ઉપરને શીરનામે લખો:

यस्मिन् देशे हि यो जातः तज्जं तस्यौषध हितम् ॥  
स्वदेशीना आश्रय्य ये देशी भोटी सेवा छे.

गुણकारक, કિફાયત અને શાસ્ત્રોક્ત દવાઓ, પૂર્ણસત્વ અને  
શુદ્ધિ જળવાઇ રહે તેવા મંત્રાઓથી, ઉત્તમ, તાજ  
અને ખરી વનસ્પતિમાંથી તૈયાર કરનાર

## અંબુ કાર્મીસ્યુટિકલ વર્કસ.

એલફીન્સ્ટનરોડ, મુંબઈ.

અમારી દવાઓની ખાતરી વેદો અને ડાક્ટરોએ વાપરીને  
કરેલી છે તેમાંની કટલીએક જેવી છે:—

વામાલેક, ખાસીની ઉત્તમ દવા. ૦૧ રતલની કી. ૦-૧૦-૦.

ખૂડત્મંજીયાદિ કવાથ-પ્રવાહી રક્ત શુદ્ધિ માટે અકમીર.

૦૧ રતલની કી. રૂ. ૧-૦-૦

તાવની ગોળી. ગેલેરિયા અને જીન્સ ટાલીયા તાવને તાત્કાલિક મટાડનાર

૩૨ ગોળીની કી. રૂ. ૦-૮-૦.

## આયુર્વેદ વિજ્ઞાન.

( વૈદાના વિવિધ વિષયો શાસ્ત્રીય રીતે અર્થતું માસિક. )

આરોગ્ય સંબંધી તથા વૈદક સંબંધી સામાન્ય જ્ઞાન મેળ-  
વવાની માણસ માત્રની ફરજ છે.

આયુર્વેદક જ્ઞાન મેળવવા માટે સારામાં માટે આધત માસિક છે.

સુઝાનના ઉત્તમ લેખના લેખોથી ભરેલું આ માસિક દરેક શુદ્ધરથને વાચના  
લાયક છે.

વર્ષિક લગાજમ, માત્ર રૂ. ૧-૮-૦.

મુંબઈની મુખ્ય ડીપો:

જૂની મહાજન વાડી, કાલ્યાણદેવી રોડ તારનું શીરનામું - "અંબુ" મુંબઈ.

ટેલીફોન નં. ૨૨૦૮.

કારખાનાનો ટે. નં. ૨૨૦૮.

પ્રાઈસલીસ્ટ માટે ઉપરને શીરનામે લખો.

વિષય.	પૃષ્ઠ.	વિષય.	પૃષ્ઠ.
૧ ઇન્દ્રિયોન્મા તાવની માવજત કેમ કરવી. ( અંગ્રેજી ) ... ૨૮૯		૧૨ આપણી પોતાની જીવન શક્તિનું મહત્વ અને આકર્ષક શક્તિની ખિલવણી. ... ૨૯૦	
૨ કુદરતી રોગોપચાર પદ્ધતિ સંબંધે વિદ્વાન વર્ગ શું કહે છે? ... ૨૯૩		૧૩ નિદાનસિદ્ધિ ઝેરના ઉતાર, ત્વચાના રોગ, દાઝવું, દાદર, દાઢ રોગ, પાતુ વિકાર, નેત્રના રોગો, નાકના રોગ, વગેરેના ધરમતુ અનુભવસિદ્ધ ઉપ-ચારો. ... ૨૯૫	
૩ યુનિવર્સલ નેચરોપથીક એનસાઈક્લો-પીડીઆમાંથી ઉતારો. ( અંગ્રેજી ) ૨૯૪		૧૪ જાણુવા યોગ્ય. ... ૨૯૫	
૪ યુનિવર્સલ એનસાઈક્લોપીડીઆ ફીરેક્ટરીનો ઉતારો ... ૨૯૫		૧૫ ઓ વોટરને એક જીગરની સલાહ અંગ્રેજી. ... ૨૯૫	
૫ ઇન્દ્રિયોન્મા અને બીજાં એપી ગ્રોગો અટકાવવા કે મટાડવાને શું કંઈ ઉપાય નથી? ... ૨૯૬		૧૬ ઓ વોટરને એક જીગરની સલાહ ગુજરાતી. ... ૨૯૬	
૬ ડાક્ટરોની રોગપરીક્ષા અને વૈદોની નાણી પરીક્ષાનો જરા નમુનો તો જુઓ? ... ૨૯૮		૧૭ ઓપરેશન અથવા વાટેકાપ. ... ૩૦૬	
૭ સ્વચ્છ હવા... ... ૩૦૭		૧૮ ઇન્દ્રિયોન્મા... ... ૩૦૭	
૮ કસરતનું સેવન. ... ૩૧૩		૧૯ સુવાવકનું આરોગ્ય માવજત અને બાળમરણની અટકાવત. ... ૩૧૩	
૯ મુદાસાગર ... ૩૧૮		૨૦ પ્રભુપ્રાર્થના. ... ૩૧૮	
૧૦ અરવંદ અને અનારોગ્ય દૂધ મામે યુદ્ધ. ૩૨૩		૨૧ અંતઃસ્વીકાર ... ૩૨૩	
૧૧ મર્પેઈસ અને તેના ઇલાજો. ... ૩૩૪		૨૨ ઇન્વન્ટરિના ગ્રાહકોને વિનંતિ ૩૮૪	

વાંચો ! મંગલો !! વાંચો

આજે પાંચ વરસ થયાં

આખા ગુજરાત, દક્ષિણ, કાઠિયાવાડમાં નીકળતું એક જ માસિક

## ખેતિવાડી વિજ્ઞાન.

જેમાં રેનન્યુ ઉપજ કેરી રીતે વધારવી, નવા જગીઆ કેવી રીતે બનાવવા, જુદી જુદી ચાકબાજીનાં વાવેતર ક્યારે અને કંઈ મોસમમા કરવા, ખેડુતોએ થોડું ખર્ચ કરી ઉપજ કેમ વધારવી, વિગેરે વિગેરે વિષયોથી ભરપૂર આ એક જ માસિક પત્ર છે. નમુનાનો એક મગાવવાથી મફત મોકલવામા આવે છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૨-૦-૦ બે રૂપીઆ રાખવામા આવેલ છે. લાયસેન્સીને રૂ. ૧-૮-૦ દોઢ રૂપીઆના લવાજમથી આપીશું. માટે નમુના વાસ્તે લખો:—

ઉપરોત્ત અમારા તત્કાલી ખેતિવાડીને વગતા પુસ્તકો પણ બહાર પડ્યાં છે. જેની પહેલી આદિત ખપી જવાથી બીજા આદિત છપાએલ છે. વિગેરે હાકલ માટે લખો —

“ ખેતિવાડી વિજ્ઞાન ” મંદિર.

હાંબડી—કાઠિયાવાડ.

# ધન્વન્તરિ.

## SHRI DHANVANTARI.

ધન્વન્તરિ ધૃતકરામૃતપૂર્ણકુર્મ્મ પીતામ્બર સફલસિદ્ધસુરેન્દ્રવંશમ્ ॥

વન્દેરવિવંદનયત્ત મણિમાલ્યમાયુર્વેદઃપ્રવર્તકમનુસ્મૃતિરોગનાશમ્ ॥

દાયામાં અમૃતથી ભરેલો કુર્મ ધારણ કરી રહેલા, પીળાં વસ્ત્ર પરિધાન કરનારા, સર્વ સિદ્ધ સુરેન્દ્રને પણ વંદન કરવા લાયક, કમળ સરખાં નેત્રવાળા, મણિમાળા પહેરી રહેલા, આયુર્વેદ એટલે વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રવર્તક, અને ધણી જેમના નામનું સ્મરણ (અનુસ્મૃતિ) કરવાથી રોગો માત્ર નાશ પામે છે, એવા શ્રી ધન્વન્તરિ ભગવાનને નમન કરે છું.

“Mens sana in corpore sano” “પહેલું મુખ તે બીજાં નર્થો.”

પુસ્તક ૧૧ મું. ] આંકડોખર-નવેમ્બર-ડીસેમ્બર. ૧૯૧૮. [ અંક ૧૦-૧૧-૧૨.

## How to Treat Influenza?

The best course to follow is to have a hot bath, go to bed and take two grains of quinine sulphate or ammoniated tincture of quinine (one drachm every four hours for three doses) and send for a doctor.

In every case of influenza, however mild, it is wise to have as good nursing as is obtainable, the room should be warm and quiet and the patient should have perfect rest of mind and body.

The first step in treatment is to see that the patient's digestive tract is thoroughly cleared out. To achieve this, give two or three grains of cascara at bed time or one-sixth of a grain of calomel every half hour until a full grain has been taken, to be followed next morning by a tea-spoonful of Mag. Sulph., in half a glass of water. When the pains are very severe Salicin, Soda Salicylas, or Dover's Powder may be tried, the Dover's Powder being given (to a grown up person) in a single dose of five or six grains after the bath; the salicin or soda salicylate in ten grain doses every four or five hours. For the

headache, which is sometimes so severe, the doctor may give five to ten grains of Phenacitin followed every three hours by doses of  $2\frac{1}{2}$  grains.

For actually combating the invading germs and lowering the temperature, the following mixture may be recommended (Broadbent).

R

Ammoniated Tincture of Quinine	...	1 oz.
Ammonia Acetate...	... ..	2 ozs.
Orange Syrup	... ..	1 oz.
Water to make	... ..	8 ozs.

Two table spoonfuls every four hours while fever lasts.

To relieve the cough, which is frequently very troublesome, sprays and antiseptic inhalations should be used. A simple inhalation may be made by pouring a tea-spoonful of Eucalyptus oil, or of terebent, into a pint of boiling water. But either of the following will be found more effective, (St. Clare Thomson).

#### INHALATION I.

R

Oil Eucalyptus	... ..	2.
Comp. Tinct. Benzoin	... ..	3.
Thymol	... ..	1.
Spt. Chloroform	... ..	8

Inhale 10 drops at a time using inhaler.

#### OR II.

R

Menthol	... ..	$\frac{1}{2}$ drachm.
Oil Eucalyptus.	... ..	3 ozs.

Add half a tea-spoonful to a pint of steaming water and inhale the steam.

Continuous inhalation of Eucalyptus may be secured in the following very simple way. Sprinkle half a tea-spoonful of the oil on a piece of cotton-wool and place this on the chest under the night clothing. The oil should be renewed each night.

Spraying the nostrils and mouth is often a more effective.

measure than inhalations when there is a troublesome throat cough. The following prescription is excellent here, (Martindale's Extra: Phar.).

# SPRAY.

R

Oil cinnamon.	...	...	2 drops.
Oil Eucalyptus	...	...	5 drops.
Menthol	...	...	12 grains.
Liquid paraffin, enough to make.			1 oz.

A small quantity to be sprayed into the nose and mouth several times a day.

It is well to avoid, if possible, the use of internal cough medicines, as they are apt to impair the digestion.

Owing to the weakness which usually attends Influenza, such depressant expectorants as ipecacuanha and antimony are best avoided.

In the *gastrointestinal* form of Influenza, particular attention is to be paid to the diet which must be light and easily digestible. Peptonised milk and whey in small, frequently repeated quantities, are most suitable for the very severe cases, rice, sago, tapioca and corn flour may be given in less severe attacks.

For the vomiting iced champagne in small repeated quantities combined with mustard plasters over the stomach will usually give relief.

Weakness of the heart is the characteristic and the most serious symptom in the *cardiac type* of Influenza. There may be prolonged feebleness or sudden failure of this organ.

For the former, perfect quietness and rest are essential. To encourage the heart, some mild stimulant such as aromatic spirits of ammonia ten to twenty drops may be given in some warm milk every four hours.

Digitalis and caffeine are more powerful remedies, and the physician will prescribe them if he thinks fit.

For the acute heart failure a hypodermic injection of stry-

chnin (one-thirtieth of a grain) may be prescribed by the attending physician.

This amount may be given morning and evening, but it is well not to continue it for longer than six or seven days.

Dilirium is to be treated with the bromides and cold applications to the head. The following evaporating lotion will be found valuable. Sprinkle it on a handkerchief and apply to the head.

Acetic Ether ... .. 1 part.  
Eau de Cologne (Cologne Water) 4 parts.

Use as directed as an evaporating lotion.

Neuralgia is often very troublesome and besides the usual remedies a blister over the painful area should be tried.

Where the mind of the patient is obviously much disturbed, careful nursing is called for. He must be kept under observation until quite restored to health.

Sleeplessness is often a persistent symptom and may have to be met with doses of the bromides or five grains of sulphonal may be given.

The Bronchitis and Pneumonia which frequently complicate Influenza are to be treated in the usual way. The bronchitis may sometimes be relieved by poulticing the chest for eighteen to thirty hours, to be followed by the application of heated cotton, wool to the chest.

As soon as the fever and pains have passed the prostration which so commonly follows can best be combated by nutritious soups and milk &c. Whittle recommends the following stimulating tonic mixture here:—

R

Tincture of Quinine...	...	1 ½ ozs.
Ammon Carb...	...	3 drahms.
Infusion Quassia to make	...	12 ozs.

Make mixture Take half an ounce with ½ ounce of lemon juice every fourth hour.



It is most important to maintain the patient's strength. The diet, therefore, must be digestible, and at the same time very nourishing and sustaining. Appetite or no appetite the patient must eat. During the fever stage milk, whey, soup, jellies, fruit-juices, are to be used.

So soon as the fever subsides the patient must be well nourished with milk two or three pints per day, sweet breads, milk puddings, &c

## કુદરતી રોગોપચાર પદ્ધતિ સંબંધે વિદ્વાનવર્ગ શું કહે છે?

સત્ત્વન મહાશયો, આ માસિક રાત્ર થયાને અગીઆરમું વર્ષ ચાલે છે. આપણા આયુર્વેદનાં પુસ્તકો લખાયતે ધળો કાળ ગયો છે. યુરોપ, અમેરિકા ખંડમાં વેદક વિદ્યાને લગતા ઘણા સુધારા વેધારો થયા છે ને થાય છે. દાસમાં આપણા દેશમાં એલોપેથીક દવાઓનો ખરોળો ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. અને વિદેશી દવાના ઉપચારની દરીદ્રાઈમાં આપણે પાછળ પડ્યા છીએ તેનું મરણ કે આપણે આપણા આયુર્વેદમાં ખતાવેલી દવાઓની ઉપચાર પદ્ધતિમાં જરા પણ સુધારો વધારો ન કરતાં તેના તેજ રહે અને પદ્ધતિએ ચાલ્યાં જઈએ છીએ અને દાસની શોધખોળ કે ઉપચાર પદ્ધતિઓ તરફ જરા પણ ધ્યાન આપતા નથી કે દરકાર કરતા નથી. આપણા દેશમાં દાસનો જમાનામાં યતી ઉપયોગી શોધ અને પદ્ધતિનો આપણે સ્વીકાર કરીએ તોજ ટપી રાકાય તેમ છે, નહિ તો આપણે પાછળ દડતા જઈશું. અમારા માસિકમાં અમે આપાર સુધીમાં નેચરોપથી (કુદરતી રોગોપચાર વિદ્યા) કે જેના પેટામાં કેટલીક પદ્ધતિઓ છે તે સંખંધી લખ્યું છે અને લખીએ છીએ એટલુંજ નહિ પરંતુ આજ સુધી અમે સંખ્યાબંધ દવાઓની જાહેરાતો કાઢી હોત અને દવાઓનાં વખાણ કરી લોકોનાં મન અમે દવા તરફ વાળ્યા હોત તો અમે પણ પંસાવાળા થયા હોત. કારણ કે લગભગ ત્રીસ વર્ષ ઉપરાંતથી એ લોકોમાં અમે અનુભવ મેળવેલો છે. પરંતુ પ્રજા વર્ગને દાસની શોધોથી વાકેફ કરવા ને રોગો થતા અટકાવવાને ક્યો માર્ગ કિતમ છે તે મર્મજાવનાં બનતો પ્રયત્ન કર્યો છે ને કરીશું.

કુદરતી જીવનથી રોગો બીજકુલ થતા નથી. કુદરતના કામદાનો ભંગ કર્યાથી શિક્ષા તરીકે રોગો થાય છે તે પણ કુદરતી ઉપચારથી નિર્મૂળ થાય છે ને ફરી ઉદ્ભવે ખાતા નથી તે વાન પ્રયોગસિદ્ધ સામીત કરી આપવા લગભગ આઠ વર્ષથી અમે અમદાવાદમાં નવજીવનાલય નામની સંસ્થા સ્થાપી છે અને તે સંસ્થાનું કામ મારા પુત્ર ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ ઇ. એમ. ઇ., એન. ડી., એન. એમ. એન. એસ. એ. (ન્યુપોર્ક) એવો કરે છે. તેમના ઉપચારોથી ઘણા અસાધ્ય રોગો નિવાળ્યુ થાય છે અને માત્ર સફળકરણ અને વિદ્વાનવર્ગે અનુભવ

નેષ ખાત્રી કરી પોતાના અભિપ્રાય દર્શાવ્યા છે અને તેના સચિપત્રની યુક્તિ તેમણે છપાવી છે. હાલમાં અમેરિકાના નેચરોપાથ ચરના સુપરિન્ડેન્ટ સંપાદક અને બટલર સેનીટરીયમના માલિક બેનેડિક્ટ લસ્ટ એન. ડી., ડી. એ., ડી. સી., એમ ડી. એમણે યુનીવર્સલ નેચરોપાથિક એન સાઇકલોપિડીયામાં ડૉ. મહાદેવપ્રસાદ સંબંધે પોતાના વિચારો જણાવ્યા છે તે નીચે દાખલ કર્યા છે.

તત્રી.

An abstract from  
**Universal Naturopathic Encyclopedia**  
 Directory & Buyer's Guide, Year Book of  
 Drugless Therapy for 1918-19,  
 Vol. I.

*Edited by Benedict Lust,*  
*N. D., D. O., D. C., M. D.*

THE vast Empire of India is not wholly inhabited by . . . of metaphysicians who are more transcendentalists, who sit in silent contemplation or actively speculate on the problems of time and eternity, the why and wherefore of human life, or who pose in adoration of their ten thousand gods. No, the leaven of western thought is working mightily in the vast population of Hindustan, being injected in the slumbering masses by 'the printing press, the railway, the steamships and other engines of progress, so that the most progressive ideas, that are the irresistible monitors of physical and mental well-being are moulding the thought and lives of races of that realm, as they have never been moulded before. Among its ranks of modern medical science, the young and enormously vital science of Naturopathy, i. e., Natural Healing, a school of medicine that is rapidly supplanting the superstitions of the school of pills and poisons, one of its best known and most successful pioneers is Dr. Mahadev B. Kanthariaker, a Doctor of Naturopathy of Ahmedabad. He is a professor of Hydropathy, electro-therapy mechano-therapy, massage, photopathy, medical gymnastics and of physical culture in general. The fact that he has thrown aside the allopathic school that merely treats the symptoms of disease, and has enthusiastically adopted the school of medical practice that removes

the cause, that pulls disease out of the system by the roots, proves Dr. Kanthariaker, a man of great energy of mind and conscience that will not let him do otherwise than provide the best means of curing disease for his patients. He makes use of the most modern ideas and appliances to combat the ailments of humanity and his work is highly successful and widely appreciated. No finer mission could be given to a man than to show to India, the supreme value of removing the causes of disease by rational living and congenial treatments that render similarly superfluous the knife of the surgeon and the poison of the apothecary. Dr. Kanthariaker is nobly living up to the requirements of his self-appointed task.

## યુનિવર્સલ નેચરોપેથિક એનસાઇક્લોપીડીઆ-ડાયરેક્ટરી

એન્ડ

બાયરસ ગાર્ડ ઈયર બુક ઓફ ડ્રગલેસ થેરાપી

૧૯૧૮-૧૯

વોલ્યુમ ૧ ભુ.

એડીટર એનેડીઝ લસ્ટ એન. ડી., ડી. ઓ., ડી. સી., એમ. ડી-માંથી ઉતારો.

હિંદુસ્તાનના મોટા પ્રદેશ, જ્યાં અધ્યાત્મવેતાઓ અને જે કાળ અને અનંતપણાના વિચારોમાં નિમગ્ન થઈ રહેલા હોય અને જે શાંતિથી આત્મા તે શું ને કાણ એવા વિચારોમાં રોકાતા હોય તેવા લોકોથી વસાયેલા નથી; અથવા તો જેઓ પોતાના કરોડો દેવતાઓનાં વખાણ કરવામાં રોકાયેલા એવા લોકોથી વસેલા નથી, આપખાનો અને રેલવે, અગ્નિનૌકાઓ અને જોવા ખીન્ન યુગતિનાં સાધનોથી ઉપમાં પડેલી હિંદુસ્તાનની વસ્તીમાં પણ આગળ વધતા નવા વિચારો દાખલ થવા લાગ્યા છે. અર્ને પ્રથમ કોઈ વખત જોવામાં આવેલ નથી તેવા, મનુષ્યની માનસિક અને સારીરિક શક્તિઓ વિકાસ કરે એવા, વિચારો દ્વારા તે પ્રભામાં ધુમી રહ્યા છે. આવા વિચારો નેચરોપથી-કુદરતી રીતે દરો દુર કરવાનું શાસ્ત્ર કે જે ગોળાઓ અને ઝેરી દવાઓ આપવાના વહેમને દુર કરે છે તે આગળ પડતા ભાગ લે છે. આ શાસ્ત્રને આગળ લાવનારામાં મુખ્ય ફોલોવર્સ ડૉક્ટર મહાદેવ પી. કંથારીઆકર છે કે જેઓ અમદાવાદમાં નેચરોપથીના દાકતર તરીકે જાણીતા છે. તે- હાઇડ્રોપથી-ઇલેક્ટ્રોથેરાપી-મિકેનિકલથેરાપી-મસાજ-શેડોપથી-મેડીકલ ઇમ્પ્રોવરીઝ-અને સામાન્ય સારીરિક વિદ્યામાં મહાદુર પ્રેક્ષક છે. તેમણે એક્ષિપથી પદ્ધતિને પડતી મુદ્રા છે. કારણ તે પદ્ધતિ માત્ર દરદર્દી ચિન્હોને જ દૂર કરે છે અને કુદરતી રોગોપચારની પદ્ધતિ કે જે દરદર્દી કારણ દુર કરે છે અને દરદર્દી જડમુળથી શરીરમાંથી બેચી કાઢે છે તેને પ્રદણ કરી છે. આ ઉપરથી ચોક્કસ થાય છે કે દાકતર મહાદેવપ્રસાદ ઘણી માનસિક શક્તિ ધરાવે છે અને પોતાના અનંતજ્ઞાની પ્રેરણાનુસાર દરદર્દીઓ માટે જે ખરેખરી સારી પદ્ધતિ છે તેને પ્રદણ

કરે છે. તેઓ હેલામાં હેલા સુધરેલા વિચારો અને ઝોઝોરાની મદદથી કામ કરે છે અને તેમનું કામ બહુ સતોષકારક અને ફતેહગંદી બર્થ નીવડે છે.-હિંદુસ્તાનની પ્રબળ કુદરતી અને સત્ય વિચાર અનવય છવન ગાળવાથી સરજનના શસ્ત્રની કે કેમીરની દવાઓની જરૂર પડતી નથી અને દરદીનાં કારણનો નાશ થાય છે એ સત્ય બતાવવાનું વધારે ઉચ્ચ કામ કોઈ પણ માણસને મળી શકે નહિ-હો. કંચારીઆકર પોતાની ઉપર લઇ લીધેલું આ કામ કરવા માટે યોગ્ય તે પ્રયાસ કરે છે.

ઇન્દુએનઝા અને બીજા એવી-રોગો અટકાવવા કે મટાડવાને શું કંઈ ઉપાય નથી ?

(લેખક:-તંત્રી.)

આ સવાલ અમને કેટલાક વૈદ્યરાજો તથા પ્રજાવર્ગ તરફથી પુછવામાં આવે છે. ચાલુ સાલમાં ઇન્દુએનઝા રોગે આપણા દેશમાં કાળો કેર વર્તાયો છે ને વર્તાવે છે. આ રોગને અટકાવવા કે મટાડવા માટે મોટા મોટા સમર્થ ડોક્ટરો વૈદ્યો અને હૃદય ઓશીસરો અને શૌધિકો પ્રયત્ન કરી રહ્યા છે. સુધરાઇ ખાતાએ (મ્યુનીસીપાલિટીએ) પણ રોગ અટકાવવા માટે પ્રયત્ન કરવામાં બાકી રાખી નથી. પણ બધું ધૂળ ઉપર લીંપણ જેવું થઈ છે. શાસ્ત્રકારો લખી ગયા છે કે “વૈદાનાં ચારદી માતા” વૈદ્ય લોકોની માતા શરદમત્ત છે. એટલે જેવી રીતે માતા પુત્રનું રક્ષણ કરે છે તે પ્રમાણે શરદમત્ત રોગોને-ઉત્પત્ત કરી વૈદ્ય, ડોક્ટરો, કે યુનાની હજીમો વગેરેને પૈસા કમાવવા માટે બનતો પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ હવે તે શ્લોકમાં પણ ફેરફાર કરવા સરખો છે. વૈદ્ય, ડોક્ટર કે હજીમ શોકોનાં માતા પિતા તો હવે કાશિરા, પલેગ, ઇન્દુએનઝા જેવા સ્પર્ધાત્મક રોગ થયા છે; અને તેમનાં ખીરમાં તરે થવા લાગ્યાં છે. પ્રજાવર્ગ મોઝાઆ પૈસાં આપે છે છતાં રોગચરત થએલા માણસો બચતા નથી. દરદીને ઘેર જઈ દરદીને તપાસવાની ડોક્ટરની શી રૂ. ૨ ) ચાલુ વર્ષમાં વીઝીટ શી હતી પણ હવે તેને બદલે રૂ. ૧૫ ) સુધી અમલવાદ કે મુંગણ જેવા ચહેરામાં વધી ગઇ છે એટલી શી આપવા કષ્ટમ કરવા છતાં પણ ડોક્ટરોને જેવા જવાનો વખત મળતો નહોતો. ડોક્ટરોને ત્યાં કુંભના મેળામાં જેવી ગરદી ચતી હતી તેવી ગરદી જેવામાં આવતી હતી અને ડોક્ટરોને દરદીના ધીરક્રીષ્ણન પેપરમાં “ડીટા, ડીટા” એટલો શબ્દ લખવાને પણ પુરતો વખત મળતો નહોતો. વૈદ્ય હજીમોને જો કે આ વરસમાં સારી કમાઇ થઈ હતી પરંતુ ડોક્ટરો કરતાં પછે બાજે કમી હતી. દેહી દવાઓ બનાવવાનાં કારખાનાંનાજાને લાંબી આ વરસે દવાની ખપત વધારે થઈ હતી અને વિદેશી દવાઓ કરતાં દેશી દવાઓ કેટલાક અંશે અકારકારક જણાઇ હતી. આ વરસમાં આ રોગના પંજામાંથી રોગીઓ બચ્યા હોય તો તે આધુષ્મના બળથી અથવા તો કુદરતના કાવદાનું અનુકરણ કરવાથી બચ્યા છે એમ દહેવા કંઈ દરકત નથી. કારણ ડોક્ટરો, વૈદ્યો, કે હજીમો એ એક સરખો અભિપ્રાય આપ્યો છે કે ઇન્દુએનઝા જેવા તાવરોં દરદીને કંઈ પણ ખોરાક આપવો નહિ. માત્ર દૂધ, કે ફળનો ખોરાક તેને રહિ દોય તો તે આપવો. તાવની ઘરવાત થતાંજ ડોક્ટરો દેહી થવા માટે જુલ્યાબ આપવો. એ બાબતમાં બધા એક મત

ઇન્દ્રિયુએનના અને બીજા એવી રોગો અટકાવવા કે મટાડવાને શું કંઈ ઉપાય નથી ? ૨૯૭

છે. ઇંગ્લેન્ડ બિદેશી દવાઓમાં પ્રોફેસર ડી. કે. ગાન્ઝરના ઇન્દ્રિયુએનના સોદ્યુશન જેવી બીજી દવા-  
ઓ વપરાવા લાગી છે. બીજી આજી બેંગોલ કેમીકલ વર્કસીનું 'એક્સ્ટી સરગત (સીરપ વાસાકો)  
અને ઝંડુ શર્મસીનું' વાસકાસર વપરાય છે. દેશી દવાઓમાં ઘણા વૈદ્યરાજોનો અભિપ્રાય છે  
કે સુંઢ, મરી, તજ દુદીનો તથા તુલસીના પાનનો ચા એમને એમ કે કુધ નાંખી પીશે  
વગેરે કહે છે. ગમે તે ઉપાયો ખતાવો પણ ખરો ઉપાય તો જ્વરમાં લંધન કરવું એમ  
ઉત્તમ છે. ઉપવાસથી ઘણી જાતના રોગો મટે છે એ આપણા શાસ્ત્રથી અને પાશ્ચાત  
સુપ્રસિદ્ધ ડોક્ટરો અને વિદ્વાન શોધકોએ અનુભવ કરીને પણ જાહેર કરેલું છે.

જો દવાઓથીજ રોગો ઉપર અસર થતી હોય અને રોગ નિવારણ થતા હોય તો  
પછી આવા રોગથી પકડાયવા દરદીઓ તમામને આશ્રમ થયો જોઈએ પરંતુ આવા રોગના  
પંજામાં સપડાયલા દરદીઓમાંથી - ઘણા યોગજાળ જાણે છે અને બાકીના તો મરણને શરણ  
થાય છે. ત્યારે વૈદ્ય, ડોક્ટર, કે હકીમો જો કહીએ તે કહેશે કે અમે ઉપાય તો ઘણા કર્યા  
પરંતુ તેનો આવરણ ખુલેશે એટલે શું કરીએ ? અથવા એમ કહેશે કે તેને ધ્યેશી રોગ  
અટકાવવાની શક્તિ ( રેઝીસ્ટન્સ પાવર ) મંદ થયેલી અથવા નાશ પામેલી હતી. પરંતુ  
એમ તો નહીજ કહે કે મારી દવામાં એ રોગ મટાડવાની શક્તિ નહોતી. એક પ્રખ્યાત  
ડોક્ટર કહે છે કે કુદરત રોગોને મટાડે છે અને ડોક્ટરો શી લે છે (It is Nature that  
cures but the doctors get the fee and the credit for it.)

જીવન અથવા આવરણ એ શું છે એ સમઘે ડૉ. કલીન્ફોર્ડ, એમ. ડી. અને ડૉ. દ્યુઈ  
શી. એવેય એમણે " જીવનનો સ્વાભાવિક સિદ્ધાંત " ( The Inherent Law  
of Life ) એ નામનું એક પુસ્તક લખેલું છે તેમાં તે કહે જો કે " કુદરતી ફેરફારો એટલે  
જાતલું' નિયમિતપણે, એકદમ તડકો, ટાંક કે, વરસાદ થયો, પવનનું સપાટાગ્રથ વહેવું, હવામાં  
અતિશય ભીનાશ અથવા શરદી યદ્ય જવી, હવામાં અનેક જાતના રોગજનક જંતુઓ,  
જેવા કે બેક્ટીરિયા, બેસીલીસ છત્વાદિ ઉત્પન્ન થયા વગેરે કુદરતી ફેરફારો સામેનાં યુદ્ધમાં  
જ્યાં સુધી મનુષ્યનું જીવનગળ ( વાઈટન પાવર ) ટકી શકે છે તે તેનાથી પરાજય પામતું  
નથી ત્યાં સુધીજ આવરણ, આવરણ, કે જીવગી રહે છે. અને તેનાથી પરાજય પામી નાશ  
પામે છે તેને મરણ કહે છે.

હાલમાં બેક્ટીરિયા બેસીલસની શોધ થોડા વર્ષથી થઈ છે અને મોટાં મોટાં પુસ્તકો  
લખાયાં છે. પરંતુ તેવા રોગજનક જંતુઓ એ શોધ પહેલાં શું દુનિયામાં નહોતા ? ને હતા  
તો મનુષ્યનું પ્રમાણ આટલું બહું કેમ નહોતું ? તેમજ આટલા બધા રોગ ને રોગીઓ કેમ  
નહોતા ? તે મંજૂરે વિચાર કરીએ. મારી પાંચઠ વર્ષથી વધમાં મને જે અનુભવ થયો છે  
તે મેં નજરે જોયું છે તે ઉપરથી હું હીમ્મતથી કહી શકું છું, કે થોડાં વર્ષોથી પહેલથી  
કાશોરથી કે હાલમાં ઇન્દ્રિયુએનનાથી જેટલાં મરણો જોવામાં આવે છે તેટલાં કદી પણ મેં  
પહેલાં જોએલાં નથી. અને જેટલાં જીવાન અવસ્થામાં હાલ મરણો થાય છે તેટલાં પૂર્વે કદી  
પણ નહોતાં. ત્યારે શું તે વખતે આવા રોગો નહોતા અથવા મરણો થતાં નહોતાં ? તે વખતે  
મરણો થતાં હતાં પણ તેનું પ્રમાણ ઘણુંજ ઓછું હતું, કારણ કે તેના રોગો સામે ટકી રહેવાને  
તે વખતની પ્રજામાં જીવનગળનો જોયો પૂરતા પ્રમાણમાં જણાતો હતો. આજથી પંચાસ  
અર્ધસાત્રીસ વર્ષ પહેલાંના માંખનો જ્યાં શરીરે સુદૃઢ, અર્જુન, તેજસ્વી, અને

ઉત્સાહી જણાતાં હતાં, તેવાં મનુષ્યો તો હાલ સેંકડે દસ પણ જણાતાં નથી. સાંપ્રતકાળની પ્રજા નિર્બળ, નિસ્તેજ, રોગી, શરીરે કૃપ, શ્રીકા ચહેરાની, બધાં ત્યાં મહાન પડે છે. આવા શરીરોવાળા પ્રજા ઉપર વીરવાર રોગના હુમલા થાય તેમાં શી નિમિત્તની વાત છે. હાલુ ઇન્દ્રિયએન્જનો ત્રાસ મટયો નથી તે પહેલાં તો ભરત્ય જલ્દમાં, ખેડા જલ્દમાં અને અન્ય રથે ઉદરો પકવા લાગ્યા છે અને પ્લેગના કેસ થયા લાગ્યા છે. કારણ વગર કાંઈ બનતું નથી. તો હામદામ આવા રોગો ને રવા લાગ્યા છે તેનાં કારણોનો જો નાશ થાય તો પછી રોગ લાલુ થવાનો ખીલકલ સંભવ નથી. કારણ “મૃયોનાસ્તિ કૃતઃ શાખા” એ ઉક્તિ અનુસાર મૃગનો નાશ થાય તો પછી રાળાં પાંખડાં ક્યાંથી રહે. આવા સ્વર્ણન્ય રોગો એક રથે ન પ્રસરતાં આખા દેશમાં ફેલાઈ જાય છે અને સંખ્યાબંધ માણસોનો નાશ કરે છે. શાસ્ત્ર કારણે પાપના બે વિભાગ પાડ્યા છે. એક વ્યધિનું પાપ, અને ખીજું સમધિનું પાપ. વ્યધિનું પાપ એટલે જે માણસ પાપ કરે તેનેજ તેનું ફળ ભોગવવું પડે. સમધિનું પાપ એ આખા દેશનું કે દેશના ભાગનું પાપ તેનું ફળ આખા દેશને કે તે દેશના ભાગને ભોગવવું પડે છે. આખા દેશમાં ફેલાઈ જઈ નાશ કરનાર રોગો સમધિના પાપનું ફળ છે. ધનમાં આગ લાગે છે તે વખતે સુકાં વૃક્ષ બળે છે તેમજ તેની સાથે લીલાં વૃક્ષ બળે છે. તેજ પ્રમાણે આવા રોગોમાં પણ અસાધિક મરણો નિષ્કળ છે. એટલે આવરદા ખુટલાંજ મરે છે એમ કહેવું મુશ્કેલ છે. જો એમ હોય તો હાલનાં ચાલતા મહાન સુકમાં લાખોને કરોડો માણસોનો નાશ થયો છે, ને એકજ દિવસે સંખ્યાબંધ માણસોનો નાશ થાય છે એ જલ્દનાં આવરદા એકદમ ક્યાંથી ખુટી ગયા? પરંતુ સમધિના પાપના ફળથીજ આ સંહાર થવા લાગ્યો છે. હવે એ પાપ કયું છે તેનો વિચાર કરીએ. સાંપ્રતકાળમાં અસત્ય બોલવું, છળ કપટ કરવું, વિશ્વાસઘાત કે ચોરી કરવી, ખોટા પુરાવા ઉભા કરવા, ખોટા દસ્તાવેજ બનાવવા, ન્યાયની અદાલતોમાં પરમેશ્વરના કે ધર્મના સોગન ખાધ હડહડાતી ખોટી જુગ્યાની આપવી, અલ્લહ ત્યા, બાળહત્યા, સ્ત્રીહત્યા, મર્લપાત જેવા મહાન પાપ કરવામાં પરમેશ્વરનો બચ તો જરા પણ રહ્યો નથી. ખીજા બાજુ માંસ બક્ષણ સાઈ ગાયો, બેસો, બગદ, બારો, ઘેટાં, મરધાં, માછલાં, ઇલાદિ અનેક જાતનાં મુર્ગાં પશુઓ કે પ્રાણીઓનો સંહાર કરવામાં જરા પણ પરમેશ્વરનો બચ રહેલો નથી. મનુષ્ય જાતે પોતાના રોગો મટાડવામાં, જાતવરો ઉપર પ્રયોગો કરી તેના શરીરમાંની રસીઓ કાઢી છે. લાખો કાઢીઓનો નાશ કરી તેમાંથી રોગ નાશ કરનારા ચર્કા કાઢ્યા છે, સર્પોના મોંઢામાંથી ઝહેરની કાચળાઓ કાઢી તેમાંથી ઝહેર કાઢી તે ઝહેરમાં પ્રાણી મેળવી રોગો નાશ કરવામાં ઉપયોગ કરવા મોકલ્યો છે, કુતરા જેવા પ્રાણીઓના ગળામાં છિદ્રો પાડી તેના મોંઢાં આગળ ખોરાક ધરવાથી તે ખાવા લાગે પરંતુ મળે છિદ્ર હોય તેથી પેટમાં જાય નહિ ને તે છિદ્રોમાંથી જે પાચક રસો નીકળે તે મનુષ્ય જાતે દવામાં વાપરે છે. અનેક જાતનાં મુશોખિત પક્ષીઓને મારી નાંખી તેમનાં પીઠાં ટાપીઓ વગેરેમાં વપરાવા લાગ્યાં છે. કાચગાની કરોડ ઉપર અગ્નિ લગાડી તેની પીઠ બળી જાય ને પછી તેના ઉપરના પડનો પોષણ ઉખડે તે ઉખેડી લઈ તે પ્રાણીને ફરી પ્રાણીમાં નાખે ને ફરી પણ તેજ ક્રિયાથી તેની કરોડ ઉપરની ચામડી ઉખાડી લે છે અને કચકડો બનાવે છે. આવાં સંખ્યાબંધ પાપો ગળે પાર ન આવે તેવાં મનુષ્ય જાતે હમરોનો બચ કરે મૂકી કરવા માંડ્યાં છે. એટલે આપણું શરીરને ઇજા થવાથી આત્માને જેરી ડુંખની લાગણી થાય છે તેરી પરપક્ષીના આત્માને થતી નથી એમજ મનુષ્ય જાતના વિચાર

થવાથી દયાનો ભાગ જતો રહ્યો છે. અને તેનાજ પરિણામે અપ્રાપ્ય રોગો મનુષ્ય જાતમાં થવા લાગ્યા છે તે તે પાપના ફળ રૂપે આ સંહાર થવા લાગ્યો છે. અને અનાવૃત્તિ થવા લાગી છે. મારી લગભગ ત્રીસ વર્ષની વય થતા સુધી તો દર વરસે ચો- માસમાં ચારે માસ સુચળધાર વરસાદ વરસતો હતો. મારા ખેતરોમાં પુષ્કળ ધાન્ય થતું હતું. સીંતારણ, કેરીઓ, રોયણું જેવાં અનેક જાતનાં ફળો કદમાં મોટાં અને મીઠાં બરેલાં થતાં હતાં. હું બાલ્ય અવસ્થામાં મારી વતનની ભૂમિમાં ચોમાસામાં ફરવા જતો ત્યારે અનેક જાતનાં વૃક્ષોનાં સમૃદ્ધ ખેતરોમાં ચિત્તવૃત્તિને આનંદ આપે તેવો જણાતો હતો અને તે વૃક્ષો ઉપર અનેક જાતનાં પક્ષીઓ સુસ્વરથી ગાયન કરી રહેતાં નજરે પડતાં હતાં તેથી મન પ્રકુલિત થતું હતું. હવે તે દિવસો તો વીતી ગયા છે અને સ્વપ્ને પણ પ્રજ્વલ્લને દૃષ્ટિગોચર થવાના નથી. ચૈત્ર વૈશાખમાસની શરૂવાતથી પ્રજ્વલ્લ આ વર્ષમાં વરસાદ થશે કે નહિ તેની શંકા ફરવા લાગે છે. વાલુચકાઓના અને જોશીઓના વરતારા જોવા લાગે છે અને વરસાદ માટે આતુર થાય છે. વાનેવર કરવાની મોસમ પહેલાં અકાલિકાએ વરસાદ થઈ જાય છે. તે પહેલાં તો કેટલાક ખેડોતો જમીન ખેડી મુખી વરસાદ થતાં અજ વેરી મુકે છે પછી વરસાદ પોગારા ગણી જાય છે. દરેક ચોમાસામાં વરસાદ વરસે તો એકદમ અતિવૃત્તિ કરે છે અથવા અનાવૃત્તિ થાય છે અને અનાજ ખરાબ પાકતું નથી. આગળના વખતમાં દરેક ગામે ચરા રહેતા ને ગોચર જમીન ઢોરોના ચારા માટે રહેતી અને જંગલોમાં ઝાડો વગેરે રહેતાં તેનો નાશ થઈ ગયો છે. પણ પક્ષીનાં હાકાં જમીન ઉપર પડ્યાં રહેવાથી જમીનમાં કસ રહેતા તે હાકાં પરદેશ જવા લાગ્યાં છે. હાકામાં રહેલા ફાસદોરસ વગેરે પક્ષીઓ વરસાદ થવામાં ગદગદાવ હતા તે પણ જતા રહ્યા છે. મનુષ્ય જાતે ઉદરપોષણ માટે ગાયો, બેંસો, જાજડ જેવાં ખેતીના ઉપયોગને લગતાં જાનવરોના નાશ કરવાથી ઢોરોની સંખ્યામાં દ્રવ્ય જહારનો ઘટાડો થયો છે. ખેતી તેથી ખરાબ થતી નથી ને જમીનમાં પુરતું ખાતર મળતું નથી. પચીસ રૂપિયાની કિંમતની ગાય, બેંસ, કે બળદના સો સવાસો રૂપિયા પડે છે. અને તે ઢોરો અનાવૃત્તિથી ધાસચારાની અવગતથી પાણીના મૂલે વેચાય છે અને મરણ પામે છે. આપણા મગો, મેષ ઉભણીઓ, શ્રાવણાદિ માસમાં બ્રહ્મભોજનો, હોમ હવન, જે વરસાદ લાવવાનાં સાધન હતાં તે હવે “હ” બગ” મનાવા લાગ્યાં છે અને તે સ્વતંત્ર બ્રહ્મજોગે પોતાના સંતાનો ક્રમાધિ ખાવાને શુભરાત અલાવવાનું સાધન કરી આપ્યાનું હાલના સુધારામાં મનાવા લાગ્યું છે. એટલે આપણા કર્મોત્તુ ફળ આપણે ભોગવીએ છીએ તે વાત આપણા ધ્યાનમાં હાલના સુધારાના વખતમાં ઉતરવી મુશ્કેલ છે.

હવે આપણે આવા રોગો ઉત્પન્ન થવાનાં બીજાં કારણો માટે ત્રિચાર કરીએ. એ કારણો નો હાલના જમાનાની ચલી શીઘ્રેને આધારે હોય તોજ આપણે તેને ખરાં માનીશું નહિ તો “ચોથીમાંનાં રીમશું” ની પેઠે માનવાના નથી. હાલમાં જંતુચોજના શોષકો અને અભ્યાસીઓએ સિદ્ધ કરી બતાવ્યું છે કે આવા સ્પર્ધાજન્ય રોગો અનેક જાતના રોગોત્પાદક જંતુઓના ફેલાવાથી થાય છે. કાચુ તેવા જંતુઓ ખાનપાન દ્વારા કે ચશન ક્રિયાદ્વારા આપણાં શરીરમાં જાય છે, અને ત્યાં તેમને ઝડપઅંધ વધારો થવાથી એવા રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. આ જાતની માફેલી આપણા પૂર્વજોને નહોતી એમ કહી પણ કહેવાય નહિ. અને તે કાળમાં પણ જંતુઓની હયાતી નહોતી એમ પણ બની શકે નહિ.

આવા જંતુઓ એક માણસના સંસર્ગથી બીજા માણસમાં દાખલ થાય છે તે વાત તેમના જાણવા બહાર નહોતી. પરંતુ વૈદકશાસ્ત્રની રીતે જે આપણે ને વાત પ્રત્યર્થ આગળ મુકીશું તો આપણાં સંતાનો પ્રમાદથી તેની ઉપેક્ષા કરશે એમ તેઓ સારી રીતે જાણતા હતા. કારણ હાલના સુધારાના સંમયમાં કુદરતના કાયદાનો ભંગ થવાથી રોગો થાય છે તે વાત પ્રત્યર્થના જાણવામાં છતાં પણ હાલમાં તેનો ભંગ હરકે ને હરકે થતો જેવામાં આવે છે. રોગી માણસે જે પાત્રમાં પાણી પીધું હોય, જેમાં ભોજન કર્યું હોય, જે કપડું તેણે પહેર્યું હોય, અથવા જે જોડા તેણે પહેર્યું હોય તેની વસ્તુ વાપરવાથી એક માણસના જંતુઓ બીજા માણસના શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે એ વાત નિર્વિવાદ છે. અને તેથી એક માણસે મોઢે લગાડીને પાત્રથી પાણી પીધું હોય તે પાત્ર અછતુ અથવા એક ગંભીર તે પાત્રને ઉટ્ટીમાંથી સાફ કર્યા સિવાય બીજાને પાણી પીવું નહિ એવું શાસ્ત્રમાં દરમાન છે અને તેથી પાણી પીવાના પાત્રને મોઢે ન લગાડતાં ઉચ્ચેથીજ પાણીની ધાર કરવાનો રિવાજ હવે પરંતુ હવે નો તે દરમાનને અતુસરનાર સોમાં પાંચ પણ બાબતો નીકળે છે—એટલે ધર્મના ભયનો લોપ થયો છે. રક્તપિત્ત, સિદ્ધિલીસ ( ઉપદંશ ) ક્ષય, પ્લેગ, કોલેરા, ઈન્ફલ્યુએન્સા, ટુંટીયાનો રોગ, બળીયા, ચોરી, અજીઝા, ઉઠારીયુ, ઇત્યાદિ અનેક રોગોવાળા રોગીએ પહેરેલાં કપડાં કે જોડા કે જેમાં રોગીના રોગના જંતુઓ ચેટિલા હોય છે તેવા જોડા કપડાં વગેરે એક માણસનાં બીજા માણસ ન પહેરે તે-માટે શાસ્ત્રકારોએ તેવાં કપડાં કે જોડા પહેરનારને પેનોતી બેસે છે કે વળગે છે એવો ભય-ભાતવેશો હતો તેનું કારણ એજ કે અમુક માણસને કયો રોગ છે તે અજાણ્યો માણસ જાણી શકે નહિ તેથી તેવાં કપડાં કે જોડા ન વાપરવા શાસ્ત્રનું દરમાન છે. ને દરમાન તો હવે ખોટું ગણવામાં આવ્યું છે. દેગી અને વિદેશી લોકોનાં સેકંડહેન્ડ કપડાં, કોટ, છુટ વગેરે આપણે સાધા મૂલ્યે લઈએ છીએ ને ખુદીથી વાપરીએ છીએ અને જરા પણ ભય રાખતા નથી. અમેરિકાદિ દેશમાં ક્ષય જેવા રોગના દર્દીઓને રસ્તામાં થુંકવાને પણ મના છે. રસ્તામાં ફરતાં તેમને થુંકવા માટે તેઓ કાગળના વાડકા જેવાં નાનાં પાત્ર રાખે છે અથવા કાગળના રૂબાલ રાખે છે જે મુઠામે આવી બાળી નાખે છે—તે એવા કારણથી કે તેવા માણસો રસ્તામાં થુંકે ને તેમના થુંક કે કદમાંના તે રોગના જંતુઓ રસ્તાની ધૂળમાં મળે તે ધૂળ રસ્તામાં પવનથી ઉડી બીજાના શ્વાસમાં જાય તો તેથી એ રોગ ફેલાવાનો સંભવ વધારે રહે છે. આવા અપતા ઉપાયો યુરોપ અમેરિકાખંડમાં લેવામાં આવે છે તેથી સ્પર્શજન્ય રોગોથી વધારે મરણ થતાં નથી અને તેવા રોગો જલદી દૂરી જાય છે. યુરોપ અમેરિકામાં ક્ષયના દર્દના રોગીઓનું પ્રમાણ બ્યારે ઘણુંજ જોણું થવા લાગ્યું છે ત્યારે આપણાં દેશમાં ક્ષય જેવા જીવલેણ વ્યાધિ કાગળના વધતા જેવામાં આવે છે અને ઉચ્ચ કોમમાં અને નીચ કોમમાં તેનાં મરણની સંખ્યા દિનપ્રતિદિન વધતીજ જાય છે. જંતુઓ સંબંધે એક વિદ્વાન શોધક લખે છે કે એક “બેસીલીને અતુકૂળ સંયોગ મળે તો તેનો એટલો જથ્થો પરિવાર વધે છે કે એક અડવાડીયામાં આખો આટકાંટીક મદાસાગર તેનાથી બરાબ જાય”. પરંતુ સર્વના તાપથી ને પ્રકાશથી તેના પરિવારનો નાશ થાય છે. ચોરાં વર્ષપર જંતુવિદ્યાનો એક શોધક અમેરિકાથી પેરીસ ગયો હતો અને પેરીસની એક નામાંકીત હોટેલમાં તે ઉતર્યો હતો જે હોટેલમાં અતિશય સ્વચ્છતા રાખવામાં આવતી હતી. તે હોટેલમાં ચઢા પીવાના ગમચા પ્યાલા ને રક્ષાખીઓ ચોરી



રાખવામાં આવતી હતી. ચઢા પીધા પછી તે ખ્યાસ રક્ષાખીઓને ચમચાને જતું રહિત કરવા માટે ખાસ આપખીઓમાં (સ્ટેરિલાઇઝડ) ઉકાળી સાફ કપા પછી બીજાને તેમાં ચઢા આપવામાં આવતો હતો. આ રચણેથી તે વિદ્વાન એક ચમચો છાનોમનિ અમેરિકા લઇ ગયો હતો અને તેને મોટી પાવરના સંસ્કૃતિયક ચંચળી તપાસતાં -તેમાં સંખ્યાબધ જંતુઓ માલુમ પડ્યા હતા એમ તે શોધક લખે છે. અને હોટેલમાંથી હોટેલના માલીકની પરવાનગી લીધા સિવાય તેનો ચમચો લઇ આવ્યા બદલ તેની માફી આપવા તેણે લખ્યું હતું. પેરીસ સફેરની આવી પંકાતી હોટેલોમાં બ્યારે આટલી સ્વચ્છતા જંતુઓના વિનાશ માટે રાખવામાં આવે છે કે જેથી એક માણસે ચઢા પીધેલા વાસણને બરાબર સાફ ન કરવામાં આવે તે તેજ વાસણે બીજા માણસ ચઢા પીએ તો તેને તે રોગ લાગુ પડે તેમ ન થવા માટે સંખ્યાબધ રાખવામાં આવે છે, ત્યારે બીજા બાણુએ આપણા દેશમાં મુગર્ષ, મુરત, બરચ, અમદાવાદ જેવાં મોટાં શહેરોની પંકાતી હોટેલોમાં વપરાતાં વાસણે ચીનાઇ માટીના ખાલા રક્ષાખીઓ હોય છે. તેણે એક માણસને આ પાવા પછી તેજ વાસણને ઘણે બાગે તો એક ડોલમાં કે ટ્રમમાં બરેલા પાણીમાં ગંગારનાન કરાવી તેને કપડાથી સાફ કર્યા સિવાય તેજ વાસણમાં બીજાને આ કાફી મોટા કે લેમેન્ટેડ જિવા પેથર્થ આપવામાં આવે છે તેથી તે પીનારના હોડપર અને લાળમાં રહેલા જંતુઓ ખ્યાલા રક્ષાખી કે ચમચાને ચોટે છે ને તે વાસણથી બીજા માણસ તેવા પેથર્થ થી પાન કરે તો તેના પેટમાં જાય છે એટલે આવાં રચણોના લાભ લેનાર સંખ્યાબધ માણસો પોતાના શરીરમાંના રોગની એક બીજા સાથે આપવે કરે છે, ને તેવા માણસોના ઘરનાં ને કુટુંબનાં માણસોએ પીધેલાં વાસણો ને કપડાં વગેરે પોતાના ઉપયોગમાં લે છે તેથી આ રોગ ધણાજ વેગથી આપણા દેશમાં પથરાઇ જાય છે. તેમજ હોટેલોમાં ભોજન કરનાર માણસો પણ પોતાનામાં દાખલ થએલા રોગની આપવે કરે છે. વળી જ્યાં આવા સ્પર્ધાગ્રામ્ય રોગો ચાલતા હોય ત્યાંના માણસો બીજા શહેરોમાં પોતાનાં સમાજોને કે હોટેલોમાં જઈ ત્યાં આવતાં બીજાં માણસના શરીરમાં આવા રોગના જંતુઓનાં બીજા દાખલ કરી દેલાવો કરે છે.

હાલમાં પ્રજાવર્ગમાં ચઢા કોફી કોફી-લેમેન્ટેડ મોડા અને તરેહવા દારૂ મલ્યાદિતુ બમસન વધી ગયું છે. ભાતભાતનો ગરમ મસાલા, તેલ, મરચાં, આમલી, હીંગ, વગેરેથી તૈયાર કરેલા તળા તાળ્યા પતરોનો અને અનેક જાતનાં પકવાનો તૈયાર કરવામાં આવે છે અને તેમાં કૃત્રિમ સ્વાદથી તૈયાર કરેલા પદાર્થ લુપ્ત કરતાં વધારે પ્રમાણમાં છંડાયાદિને સંતોષ પમાડવા માટે જમાય છે તેથી તેવા પતરોનું પુરેપુરું પચન થતું નથી, અને અપકવ મળ મોગ આંતરડામાં એકઠો થઇ રહે છે અને તે રચણે તેનું કોષાણુ થઇ અનેક જાતના જંતુઓ ઉત્પન્ન થઇ ઉછરવા લાગે છે અને ત્યાં વધારામાં આવા રોગજનક જંતુઓ ખાનપાન કે શ્વાસકારા શરીરમાં દાખલ થઇ જાય છે ને ત્યાં ઉઠી આવા છવલેણુ રોગો ઉત્પન્ન કરે છે. જ્યારે આપણા નાના ને મોટાં આંતરડામાં મળ પૂરું હોય છે ને આવા અપકર રોગ ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે બરાબર કોષશુદ્ધિ ન થાય (આંતરડાને સ્વચ્છ ન કરવામાં આવે) તો આવાં દર્દીની મતુષ્યશરીરનો નાશ થાય છે. એટલે તેવા દર્દી થતા અટકાવવા કે તેનો નાશ કરવા આપણું છવનગન (વાઈટન પાવર) અશક્ત હોય છે.

બાળલસ, બાલાગતો અનાવ, બાલ્યાવસ્થામાંથીજ અખ્યામનો અતિશય નોનો,

અને બાળવયમાં પ્રજ્ઞેત્વતિ, એ પણ જીવનમગ ઝોધું કરનાર મોટા શત્રુઓ છે. એવાં મનુષ્યો રોગથી વહેલાં સપકાય છે ને મરણને શરણ થાય છે.

આપણાં આર્ય શાસ્ત્રોમાં આગળના મહાન ગ્રંથોમાં રોગો મટાડવાને માટે અનેક જાતની વનસ્પતિઓ બતાવેલી છે તેમાં લીલી રસ વાળી વનસ્પતિઓ ઉત્તમ જાતનો ગુણ ધરાવે છે તેના કરતાં સૂકી વનસ્પતિમાં કમી ગુણ હોય છે. કુદરત દેવીએ જે તે દેશની હવા પ્રમાણે તે તે દેશની પ્રજાને અનુકૂળ આવે તેવી વનસ્પતિ ઉત્પન્ન કરી છે. તે દેશ કે તે દેશના વિભાગની વનસ્પતિ જે ગુણ આપે છે તેના કરતાં ઇતર દેશની કે દેશના ઇતર ભાગની વનસ્પતિ તેવો ગુણ આપતી નથી. સ્થાવર જંગમ સર્વ પદાર્થમાં એકજ પ્રાણુતત્વ કે આત્માનો નિવાસ છે. આપણા શરીરને ઇન્દ્રિય યતાં જે દુઃખ આપણા આત્માને થાય છે તેણે ને તેટલુંજ દુઃખ તે વનસ્પતિને થાય છે. વનસ્પતિ આપણા મનના બાવો સારી રીતે સમજી શકે છે. કારણ આપણે ને તેનો આત્મા એક છે. પરંતુ પાત્રજેદ પરસ્પરે આત્માનો પ્રકાશ ઓછો વધારે પડે છે. વનસ્પતિ આપણા મનોભાવ સમજી શકે છે એ વાત પ્રેક્ષકર કલાદે કરેલા પ્રયોગથી અને વનસ્પતિના જીવુગર રૂપે ગણાતા પ્રસિદ્ધ વા શોધક બુરખેન્કના પ્રયોગથી સાબીત થઈ ચુકી છે. ધણી વર્ષનાં જીવનાં જુદાં જુદાં રાત્રિનાં વર્ષને મનુષ્ય શરીર ધારણ કરી બહાર નીકળે છે અને પાછાં પોતાના સ્થૂંસ શરીરમાં દાખલ થાય છે. આ વાત હાલના કેટલાક સાયંદીસો પણ કમીસ કરે છે. આપણા દેશમાં સુધારાનું ડોળ બતાવનાર મનુષ્યોને તો આ વાત ગપગોળા જેવીજ લાગશે. વેદ વિદ્યાનો ધર્મો કરનાર ભોકો જો આ વાતથી અજાણ રહે અથવા તે વાત તેમને ખોટી બાસે તો પછી તેઓ જે વનસ્પતિ વાપરતા હોય તે શીગીરું દરદ નાણુદ કરવામાં કેટલી ઉપયોગી થાય તે વિચારવા સરખું છે. “બુરખેન્ક” કે જેની ઇચ્છા પ્રમાણે વનસ્પતિઓ વર્તન કરતી હતી-તે કહે છે કે મનુષ્ય જાત કે પશુઓથી પોતાનું રક્ષણ કરવા કેટલીક વનસ્પતિઓએ પોતાના શરીર ઉપર કાટા ધારણ કરેલા છે. તેમને ખાત્રી થાય છે કે મનુષ્ય જાત આપણને હરકત કરશે નહિ તે વખતે તે આપોઆપ પોતાના શરીરપરના કાંઈના ત્યાગ કરે છે. અને તે વાત તેણે ‘અમે-રિશમાં જાળવી અથવા હાથવાલા કાટાવાલા યોરોને કાટા રહીત કરી સાબીત કરી આપી છે. ગુલાબના ઝાડને કાંઈ રહીત કર્યા છે. અને તેને ઇંગ્લામાં આવે તેવા રંગનાં ફુલ પણ તેણે ઉત્પન્ન કર્યા છે ટોમેટા અને બટાયાનું બેચુ ફલ ઉત્પન્ન કર્યું છે જે પોમેટા-નામથી પ્રખ્યાત છે અને સ્વાદિષ્ટ પણ છે તેમાંથી અમેરિકાને કરોડો રૂપિયાનું ઉત્પન્ન આ શોધકે કરી આપ્યું છે. ટુંકમાં વનસ્પતિ આપણા મનોભાવ સારી રીતે સમજી શકે છે અને તેને પ્રમત્ત કરવામાં આવે તો આપણું મનધાર્યુ કાર્ય પણ કરે છે.

આપણા આર્ય વેદકના ગ્રંથોમાં યોગધીના કામમાં જે વનસ્પતિની જરૂર હોય તે વનસ્પતિ કારતક મગશર માસમાં જ્યારે તે રસ બરી હોય તે વખતે લાવવાનું કહ્યું છે.

વનસ્પતિ લાવવાની હોય તેને પવિત્ર જગામાંથી લાવવા દુરમાન છે. ભોકો શીય કરતા હોય ઉદરકામાં હોય કે મથાણમાં હોય અથવા જ્યાં મળમૂત્રાદિ નાખાતાં હોય ત્યાંની વનસ્પતિ ઉપયોગની નથી.

કેટલીક વનસ્પતિઓના દ્રવ્ય શાસ્ત્રમાં દહેલા છે તે વનસ્પતિઓ તે નક્ષત્ર યોગ કે શરણમાં ત્યાંથી મળાવવાની હોય તેના પહેલાં પવિત્ર દેહે ઓએલાં વસ્ત્ર ધારણ કરી તે

વનસ્પતિ પાસે જઈ તેનું ચંદન અક્ષત પ્રુષ્પ ધૂર દીપને વૈદ્યથી પૂર્ણ કરી તેના આગળ અક્ષત મુકવાના દિવસે પોતાને ઘેર લઈ જવાનું આમંત્રણ આપી આવવાનું અને ખીન્ને દિવસે પવિત્ર દેહે યોગેલાં વસ્ત્ર ધારણ કરી વૈદે જાતે લઈ આવવા આજ્ઞા કરેલી છે. તેની રીતે લાવેલી યૌવધી ધારેલાં કાર્ય ક્ષેપમાં લખ્યા પ્રમાણે કરે છે એમ આપણા શાસ્ત્રકારો કહી ગયા છે. અને આ લેખના તંત્રીએ પણ તેની વિધિથી વનસ્પતિ લાવી તેના ઉપ-યોગ કરેલા છે.

કારતક માગસર માસમાં લાવેલી વનસ્પતિનો શુભ તે વર્ષનું યોગાસુ જતાં સુધી રહેતો નથી એમ આપણા આર્યશાસ્ત્રો કહે છે. ચૂર્ણ, પાક, અવશેષ, શુદ્ધિકા અને વનસ્પતિનો શુભ આર માસ પછી રહેતો નથી એ વાત આપણા શાસ્ત્રકારોએ શાસ્ત્રોમાં જતાવેલી છે.

દામદામ વૈદ્ય લોકોના અને પ્રજાવર્ગના મુખેથી એવી વાત સંભળાય છે કે વનસ્પ-તિમાંથી રસકસ ગમે છે તેથી શુભ કરતી નથી. પરંતુ હાલમાં આપણે દવાઓમાં જે વનસ્પતિ વાપરીએ છીએ તે ગાંધી કે દય વેચનારની દુકાનેથી વેચાતી લાવીએ તે તેની દુકાનમાં લાંબી મુદતથી પડેલી હોય છે એટલે જુની છતાં વીર્યહીન હોય છે. અને તે શાસ્ત્ર વિદ્યાથી લાવેલી હોતી નથી. તેની વનસ્પતિથી જનારેલી તમારી દવાઓ રોગો ઉપર કેવી રીતે અસર કરશે તેનો વિચાર કરશો.

આપણે કોઈ જાતના ઉકાળામાં કે ગોળીઓ માટે લીમડાની અંતરગલ, ગંગા, આવ-જની છાલ ઐદુસાની છાલ કે એરીજ ખીજ લીલી વનસ્પતિ લાવવા માટે દેડ વાધરી કે નીચ જાતના અપવિત્ર માણસને મોકલીએ તે હાથમાં કુહાડો કે કોદાળી લઈ જાય રૂપેયા બે રૂપેયા ભાર કે પાંચર છાલ જોઈતી હોય તેને જડને તે વૃક્ષ ઉપર કુદાડીના પ્રહાર કરવા લાગે ને શેર જશે કાપી શે તેજ જખને વનસ્પતિને કંપ કોષ થાય છે અને તેના રસ વિષમય બને છે. તેની વનસ્પતિ મંગારી આપણે દવામાં ઉપયોગમાં લઈએ તે શાસ્ત્રમાં કહેલો શુભ ક્યાંથી આપણે. કારણ અત્યંત ક્રોધમય થએલી સ્ત્રીનું સ્તનપાન કરનાર જાળકોના પ્રાણુ ગવાના સિદ્ધ લાખલા છે. જ્યારે વનસ્પતિમાં આપણા શરી-રમાં જે આત્મા રહ્યો છે તેનો તેમાં આત્મા છે તો પછી તેને ઈન્દ્રિય કરવાથી કોષ કે કંપ થાય ને તે વનસ્પતિ વિષમય બને તેમાં શું આશ્ચર્ય છે?

આપણા દેશમાં દવા જનારવાની શર્મસીઓ નીકળેલી છે. અને તેમાં અવન પ્રાણવશેષ અને તેવીજ ખીજ દિવ્ય દવાઓ તૈયાર થાય છે. પરંતુ શાસ્ત્રમાં વર્ણન કર્યા પ્રમાણે તે સંપૂર્ણ શુભ કરતી નથી તેના કારણે મેં ઉપર જણાવેલાં છે.

જો આપણે આયુર્વેદને ખરા માનતા હોઈએ, આપણા પવિત્ર ઋષિમુનિઓનાં વચનો ઉપર આપણને વિશ્વાસ હોય અને યૌવધિના ખરા શુભો દર્શને જતાવી આવવા હોય તો પછી આપણે પદ્માસન દવાઓ લાવી તૈયાર કરવી જોઈએ. તોજ આપણે આવા વખ-તમાં એસોપેથીક દવાઓના મોમે ટપી શકીશું.

આવા રર્ષાજન્ય રોગોમાં સંખ્યાબંધ વૈદ્યો દેશી દવા અને તેની સાથે વિદેશી દવા વાપ-રતા હતા છતાં પણ રોગનો પરાજય કરી શક્યા નથી.

હેવટે આપને મારી નમ્ર ચિનતી છે કે રોગો સામે ટપી રહેવા માટે આપણે અયોગ્ય ખાનપાનનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. મિતાકાર રાખવો જોઈએ. રર્ષાજન્ય રોગ વ્યાકતો હોય તે વખતે મિરચનાદિથી આંતરડાને શુદ્ધ રાખવાં જોઈએ. ઘરની હવા સ્વચ્છ રહે

તેવા દરેક ઉપાય લેવા જોઈએ. બારીમારણી ખુસ્કાં રાખી રાતદિવસ ધરમાં સ્વચ્છ હવાની આવળ થવા દેવી જોઈએ. ધરમાં કે-બારી ગારજુમાં ચઢતે સૂર્ય પ્રકાશ આવે તેની સવડ કરવી જોઈએ.

બધાં સૂર્યનાં કિરણો જતાં નથી ત્યાં હાઈટરોની હાજરીજ હોય છે. આનો રોગ ચાલુ હોય તે વખતે વિદેશી ચઢાના બદલે આપણાં પવિત્ર તુલસીનાં પાન, મુંક, મરી, તાજ, ફુદીના જેવી વસ્તુઓનો ઉકાળો કરી તેમાં-ખાંડ તથા દુધ નાંખી પીવો કે તે પોપણું અને જાંતુનાચ કરવાનું બંને કામ કરી શકશે.

આપણાં સારંગોએ તુલસીનાં પાન અને મરી એના ચોખ્ખી લઘુ મૃગાંકનો યુગ આવે છે એમ લખેલું છે. ધરની હવા શુદ્ધ રાખવા શેરી હોખાન, ગુગળ કે તેવાજ સુગંધીમાન પદાર્થોનો ધરમાં સવાર રાજ ધૂપ કરવો જોઈએ. સૂર્યાનાં ગોઠાં ઉસીકાં અને આદરો તથા એકલાનાં વસ્ત્રો સૂર્યના તાપમાં દરરોજ રાખી વાપરવાં જોઈએ. તેમજ તેવા રોગ-ગ્રસ્ત માણસોએ પાણી પીમેલા કે ભોજન કરેલાં પાત્રો સાફ કર્યાં સિવાય ઉપયોગમાં ન લેવાં જોઈએ. દરદીએ પહેરેલાં કપડાં ઉના પાણીમાં ઉકાળી સાથુ કે ઉસ નાંખી ઉકાળી પીંછતે સૂર્યના તાપમાં સુકવી જીભએ વાપરવાં જોઈએ. દરદીનાં મલમૂત ઉસડી કે સ્ત્રેષ્ઠ કે કંક ધર બહાર કાઢી નાંખવો જોઈએ. હોટેલોમાં જઈ ચઢા કે બીજા કાષ પદાર્થો કે ભોજન કરવાનું વર્જ કરવું જોઈએ.

## હાઈટરોની રોગપરીક્ષા ને વૈદોની નાંડીપરીક્ષાનો જરા નમુનો તો જુઓ ! ?

( લેખક: અમૃતલાલ સુન્દરજી પટિયાર. )

મુંજઈમાં એક ગેઠીઆની દીકરી બહુ બિમાર ચાલ્યા કરતી હતી. એ બાઈની ઉમ્મર દસ અગ્યારેક વરસની હતી. તે બહુ હાંસીઆર હોકરી હતી, તેના બાપનું તેની ઉપર બહુ હેત હઈ અને એ શેઠની આવક બહુ સારી હતી, એટલે તે પોતાની ખાનગી દીકરીની તન્દુરસ્તી સારૂ બહુ પૈસા ખર્ચી નાખે તેવા હતા.

એ બાઈએ મને દલું કે, એ ગાંડવી બંદરે અમારા ધરમાં રહેતાં હતાં, ત્યાં એક દિવસ મારી પથારી ઉપર ઉદરોને દોગદોડી કરતાં મેં જોયા, અમારી પથારી બહુ ઊંચી હતી, ત્રણ ત્રણ ગાદલાં ઉપર બીછાવેલાં હતાં. તેની ઉપર ઉદરો ચઢી શકે નહીં એમ બધાં કહેતાં હતાં, પણ મેં ઉદરોને પથારી ઉપર દોડતાં મારી આંખે જોયા, અને તે પચ દિવસને વખતે જોયા, તેથી મને બહુ બહીક લાગી. અને એમ થયું કે, દોઢ દિવસ આ ઉદરો મને જશ્ન કરડશે. એ ફિકરમાં ને ફિકરમાં હું માંદો પડી. તેની અગાઉ હું તન્દુરસ્ત હતી. મારા મંડવાડનું બીજું કાંઈ પણ કારણ નહોતું, પણ ઉદરો કરડવાની ધારતીને લીધે હું રાતે ઉઘી ચકતી નહીં. ખુબ મનઘુત ઓઢીને હંફિયુ વાળાને પથારીમાં બગતી પડી રહેતી. અને બે જરાક પણ ઉદરનું સુંગું કે ચાંચાં સંભળાઈ ત્યજ તો મારા બર વાગી જતા. હું ધ્રુજ જતી, અને મને એમ લાગતું કે, જશ્ન કરડી જશે. એ ફિકરમાં કંઈ ન આવવાને લીધે મને તોર આંસી ગયો. પણ એ વાન મેં દેખીને કહી નહીં.

એ પછી મારા શરીરમાં તાવ જોઇને મારા ગાંધાએ તુરતજ ડાક્ટરને જોલાવ્યા. ડાક્ટરે આપીને અને તપાસીને કહ્યું કે, આને મેલેરિયા લાગ્યું પડ્યો છે. પછી તેણે દવા આપી. તે દવા મારા ગાંધાને અને પાંડ, પણ કોઇ મારો તાવ ઉતર્યો નહીં. ચોડા દિવસ પછી મારા ગાંધાએ બીજા મોડેલા ડાક્ટરને તેજાવ્યો. તેણે અને તપાસીને કહ્યું કે, આનું સિવર ખરાબ થયું છે. એ માટે તેણે ઘણા દિવસ દવા આપી, પણ કોઈ એ દવાથી ઉંદરની બીકથી આવેલો મારો તાવ મટ્યો નહીં. ચોડા દહાડા તેની દવા લીધા બાદ ત્રીજા ડાક્ટરને જોલાવ્યો. તેણે મારું શરીર તપાસીને રોગ પરીક્ષા કરી કે, આનું લોહી બમડેલું છે, તેથી તાવ આવે છે. એ પછી તેની દવા ચાલી, પણ કોઈ તાવ ઉતર્યો નહીં. એ પછી મોડેલા ચતુર્થ ડાક્ટરને જોલાવ્યો, તેણે કહ્યું કે, મારું હાર્ટ નમળું છે. તેની દવા ચાલી, પણ કોઈ ફાયદો થયો નહીં. એ પછી બીજા તાવના સ્પેશીયાલીસ્ટ વિનાયકતપી આવેલા યુરોપીઅન ડાક્ટરને જોલાવ્યો. તેણે મારું શરીર તપાસીને કહ્યું કે, આના લોહીમાં જંતુઓ દાખલ થયા છે. માટે પિચકારી મારવી પડશે. તેણે તે દવા કરી, પણ એ દવાથી કોઈ મારા મનમાંથી બીક ગઇ નહીં, અને મારો તાવ મટ્યો નહીં. બે ત્રણ અઢવાડીયાં તેની દવા કર્યા પછી યાત્રીને મારા ગાંધાએ એક મોડેલા હકીમને તેજાવ્યા. તેણે મારી નાઠ જોઇને કહ્યું કે, આના આંતરિકમાં જગાડ છે. તેની દવા ચાલી, પણ કોઈ વળ્યું નહીં. એ પછી દિલ્હીના કોઇ મરાઠુર હકીમને જોલાવ્યા. તેણે આપીને કહ્યું કે, અતિશય નજગાઇને લીધે બેઠનને તાવ આવે છે, માટે નમગાઇ મટશે એટલે તાવ ઉતરી જશે. માટે હું યજ્ઞિની દવા આપું છું, તે દવા ખાવાથી કોઈ મારા ઘરમાં ઉંદરની દોડાડી રીતી અટકી નહીં. અને એ અટકે નહીં ત્યાં સુધી કોઈ મારો તાવ મટે તેમ નહોતો. એ પછી એક સાધુ મહાત્મા આવ્યા. તેઓએ કહ્યું કે, આ બેઠન કોઇતા પડકારમાં આવી ગયેલ છે, એટલે દવાથી સાફ નહીં થાય. મનથી સાફ થશે. તે કોઈ મંત્રેલું પાણી આપતા, પણ તેથી કોઈ વળ્યું નહીં. એ પછી બીજા કોઈ જોરદાર આવ્યા, તેણે કહ્યું કે, આની ઉપર કોઇની નજર લાગી છે, માટે તેનું નિવારણ કરાવ્યું જોઇશે. એ ઉપાય કર્યા, પણ મારો તાવ ગયો નહીં. એ પછી કાશીવાળા જાણીતા જોશીને તેજાવ્યા, તેણે કહ્યું કે, રાહ નડે છે. માટે રાહના જળ કરાવો, એટલે આરામ થઇ જશે. એ પણ થયું, પણ કોઈ વળ્યું નહીં. એ પછી એક નામિયા વેતને જોલાવ્યો, તેણે મારી નાઠ જોઇને કહ્યું કે, પિત્ત વધી ગયું છે, તેથી તાવ આવે છે, તેની દવા કરી, પણ એ દવાથી કોઈ મારા મનમાંથી ઉંદરની બીક મટી નહીં. એ પછી બીજા વેતને જોલાવ્યો, તેણે કહ્યું કે, હોઝરી બગડી ગઇ છે, તેથી હોઝરીની દવા કરી, પણ મારો તાવ તો એમના એમજ રહ્યો. એ પછી ત્રીજા વેતને જોલાવ્યા, તેણે કહ્યું કે, છાતીમાં કંઈ બરાઈ ગયો છે, તેનો તાવ છે, તેથી તેણે એ દવા કરી, પણ કોઈ વળ્યું નહીં. એ પછી કલકત્તાના એક સુપરિસ્ટ્ર વૈદ્યાજને જોલાવ્યા. તેણે કહ્યું કે, મગજ ખાલી થઇ ગયું છે તેથી તાવ આવે છે, માટે મગજને પોપણ મગે તેથી દવાની જરૂર છે. તે દવા કરી, પણ તે દવાથી કોઈ ઉંદરોની બીક મારા મનમાંથી ગઇ નહીં. એ પછી પુનાના બહુ મોડેલા વૈદ્યાજને તેજાવ્યા, તેમણે નાકીપરીક્ષા કરીને કહ્યું કે, આને ઝડાની ખિમારી છે, દરત સાફ આવી શકતો નથી, પેટમાં મજા બગાઈ ગયો છે, તેને લીધે તાવ આવે છે, તેની દવા કરી, પણ કોઈ વળ્યું નહીં. એ પછી બીજા એક નામિયા ડાક્ટરને જોલાવ્યો. તેણે કહ્યું કે, હવા દેર કર્યા વિના દૈનિક થવો ફરજીય છે. માટે મારા કોઈ ટેકરી ઉપર હવા ખાંચી જવું જોઇએ. એ

વખતે ઉનાળાની મોસમ શરૂ થયેલી હોવાથી અને વાલ્કેશ્વરમાં અમારા બંગલામાં રહેવા ગયાં. ત્યાં મેં કોઈ દિવસ ઉદરો જોવા નહોતા, એટલે એ બંગલામાં પતંગ ઉપર મને મજેની ઉંઘ આવી ગઈ, ને મારી મનની ધારતી મટી ગઈ, તેથી મને આવતો તાવ ઉતરી ગયો.

એ બાઈએ મને કહ્યું કે, જ્યારે જ્યારે મારા બાપ નવા નવા ડાક્ટરોને, વૈદ્યોને, હકી- મોને, અને જોશીઓને જોવાની લાવતા ત્યારે ત્યારે મને બહુ ગમ્મત પડતી હતી. અને હું ધ્યાન રાખીને સાંભળ્યા કરતી હતી કે, આ વળી મારા તાવનું શું કારણ બતાવે છે ! એ જોઈ તો ખરી ! એમ ધારીને હું તેની વાતો સાંભળવા ઉભી રહેતી, અને જ્યારે તેઓ વાતપિત્તની, આંતરડાં બગડ્યાની અને રાહ કેતુની વાતો કરતા હોય ત્યારે તે સાંભ- જીને હું માસ મનમાં ને મનમાં દુસ્તા કરતી હતી. કારણકે કોઈ પણ નાડીપરીક્ષા કરના વાળો, રોગપરીક્ષા કરવા વાળો, કે જ્યોતિષ જાણવા વાળો એમ કહી શકતો નહોતો કે, ઉદરની બ્લીકથી તાવ આવી જાય છે.

આ હકીકત સાંભળીને મેં એ બાઈને પુછ્યું કે, તમે આ બધું સમજતાં હતાં છતાં શા માટે ખુલાસો કરતાં નહોતાં ? અને શા માટે દવા પીધા કરતાં હતાં ! ત્યારે ને બાઈએ કહ્યું કે, દવા કોઈ વખત બાપા યાસે હોય ત્યારે પીતી હતી, નહીંતો બાળમાં ઢોળા નાખતી હતી, અને ઉદરની વાત હું ડાક્ટરોને કે વૈદ્યો આગળ કહેતી નહોતી. કારણ કે તેઓ શું કહે છે તે જાણવાની મારી ઇચ્છા હતી. કારણકે તેમની મને ગમ્મત મળતી હતી.

ઉનાળાના ચાર મહિના અમે જ્યારે વાલ્કેશ્વરમાં રહેતાં ત્યારે મારી તખીયત સારી રહેતી, કારણકે ત્યાં મને ઉદરની બ્લીક લાગતી નહોતી, પણ એ પછી શિમાળામાં ને ચોમા- સામાં આઠ મહિના જ્યારે અમે માંડવીજંદર ઉપરના અમારા જુના ઘરમાં રહેતાં ત્યારે ત્યારે ત્યાં ઉદરોને ટોડતા જોઈને મને પ્રાણે તાવ શરૂ થતો. તે આઠ મહિના એ ઘરમાં રહીએ ત્યાં સુધી તાવ રહેતો હતો. અને એ આઠ મહિનામાં ધણું વૈદ્ય અને ધણું ડાક્ટરો ધણું હકીમો, ધણું બાવાઓ અને ધણું જોશીડાઓ બદલાઈ જતા હતા. આ પ્રમાણે ચાર વરસ સુધી ચાલ્યું, પણ કોઈ મારે ખરો રોગ પારખી શક્યું નહીં.

એ બાઈએ પોતા ઉપર વિલેક્ષી આ બધી વાતો હસ્તે હસ્તે જ્યારે મને કહી સંભ- જાની ત્યારે મને બહુ ગમ્મત પડતી હતી, અને એજ પ્રમાણે વૈદ્યોની નાડીપરીક્ષા તથા ડાક્ટરોની રોગપરીક્ષા જાણવાથી વાગ્યનારાઓને પણ ગમ્મત ઉપજશે એમ હું ધારૂં છું.

ધણું લોકો નાડીપરીક્ષા ઉપર બહુજ શ્રદ્ધા રાખનારા હોય છે, તેમજ ધણું લોકો ડાક્ટરોની રોગપરીક્ષા ઉપર બહુ આધાર રાખનારા હોય છે. તે આ નાડીપરીક્ષાનાં અને રોગપરીક્ષાનાં આવી કારણો ને આવાં ભોલાઈઓ જાણે તો તેઓ કુદરતી ઉપચારો તરફ જતાં શીખે, અને તેનો લાભ લઈ સાચી તન્દુરસ્તી મેળવી શકે એવા શુભ હેતુથી એ બાઈએ કહેલી આ ખરી હકીકત જણાવું છું. અને આજ રાત્રી છું કે એથી ધણું દરદી- ઓને ધણું કામદો થશે. મોરવાડ તા. ૨૨-૧૦-૧૮.

વૈદ્ય અમૃતલાલ ગુંદરજી પઠિયાર.

## સ્વચ્છ હવા.

‘ Fresh Air is the Staff of Life. ’

‘ ચોક્ષી હવા એજ જીવનનું જીવન છે. ’

દૈનિવ નિવારણની રજૂઆતિમા (૧) ચોક્ષી, તાજી, નિર્મળ હવા, (૨) સૂર્યનો પ્રકાશ, (૩) માનસિક અને શારીરિક આરામ, (૪) શોભ્ય અગત્યસરત, અને (૫) સાદા પૌષ્ટિક ખોરાક, એ પાંચ આજકાલ મુખ્ય દરિયાયારે મનાય છે, અને તેનાથી શ્રેષ્ઠ પરિણામો સર્વ ઠેકાણે જોવામાં આવે છે.

“ ચોક્ષી, તાજી, નિર્મળ, શીતળ, મધુર હવા ”—નાહ ! વાહ ! ચોક્ષી, તાજી, નિર્મળ, શીતળ, મધુર હવા ‘-ગારી બા આ શબ્દો મંત્રની માફક વારંવાર બોલતી.

ચારદા માણીનાં સાસુને ક્ષયનું દરદ લાગુ પડ્યું હતું. તેનું શરીર ક્ષીણ થઈ ગયું હતું, ઉધરસ રહેતી, અને તાવ શરીરમાં થોડો ધણે બર્થો રહેતો ચારદા માણી જે ઝોરડામાં તેમનાં સાસુજી રહેતાં તેની સર્વે બારીઓ રાતદિવસ ખુલી રાખતાં. મકાનની પશ્ચિમ બાજુએ દરિયા હતો, એટલે તે બારીઓ તો ખામ રાતદિવસ ખુલી રાખતાં. ધણી વખત તો તેમની સાસુને સોદા ઉપર સુવારતાં અને કયાકના કલાક સુધી દરિયા તરફ આવેલી અગાસીમાં બહાર રાખતાં. એ ધરડાં, ક્ષીણ, માંદાં અને તાવથી બરેલા શરીરવાળાને ખુરી, થડી હવામાં રાખવા માટે ચારદા માણીને મારી બા પહેલાં તો કપડાં દેતાં. અને કહેતાં, કે “ માંદાં માણસને એક ઝોરડામાં રાખીને બધાં બારીબારીમાં બધાં રાખરા બેઠાં; એકબે સપડી સગમારીને ધુધવાતી તે ઝોરડામાં રાખી તેને શોક કરવો બેઠાં, અથવા તો માંદાં માણસના ખાટવા નીચે ધુધવાતાં છ.ણાં રાખીને ખૂબ શોક કરવો બેઠાં. નહિતો તેમના શરીરને ચરદી લાગી જાય. ”

ચારદા માણી જેમ બહુ વિદ્વાન અને બહાં હતાં, તેમજ તે મહુ સહનશીલ પણ હતાં તેઓ મારી બાને સ્વચ્છ, ચોક્ષી, ખુલી, તાજી, મધુર હવા એજ પ્રાણ છે એમ સમજતાં. મનુષ્યને-ખાસ કરીને, માંદાંને કે ન્હાનાં બાલકોને ગમેવતી અને સુવારડી સ્ત્રીઓને-ખોરાક કરતા પણ સ્વચ્છ, ચોક્ષી, ખુલી, તાજી, મધુર હવા વધારે જરૂરી છે તેમ તેમને સમજાવતાં. બ્યારે મારી બાના હૃદયમાં આ સાચી હકીકત ઉતરી ત્યારે તેમને બહુ ખેદ થયો કે આપણા અગામ અને ગેરસમજી વિચારોથી આપણે આપણાં, કેટલાં વહાલાંઓને અને સગાંઓને પ્રેમ અને સેવાના નામથી મારી નાંખ્યાં હશે !

ઝાળધાતુ વેંઘો, કહેવાતા અનુભવીઓ, સમજી વડિલો વગેરે સર્વે એકજ મતના, એટલે પછી આવતા આવેલા ઉપાયો ખોટા હશે એવો ગંભીર ક્યાંથી થાય ? વળી કેટલાક ડાહ્યા તો વેદકથાઓને આધાર પણ આપતા. આપણા ઉત્તમ આર્ય વેદકથાઓમાં સ્વચ્છ, ચોક્ષી, ખુલી, તાજી અને મધુર હવાના આવા ગુણો કેમ નહિ લખ્યા હોય એમ તેને બહુ ખેદ થયો. તેની આંખોમાં આંસુ આવતા. ધણી વખત કહેતી, કે આવા વિચારોમાં તે તથોન થઈને બહુ દિલગીર થતી, પણ પાછી હમતી હમતી ઉડીને બોલતી, કે “ આપણા પવિત્ર શાસ્ત્રમાં હવાના ઉત્તમ ગુણો નહિ વર્ણવેલા હોય એમ તો બનેજ નહિ. આપણા વૈદ્યજ્ઞ અભ્યાસ હશે. આપણું વેદકથાઓ તો સંપૂર્ણ છે. જેટલો વેદકાળના બ્રાહ્મણો અને હાલના બ્રાહ્મણનાં ફેર છે, તેટલોજ શાસ્ત્રીય વેદો અને હાલના પેટભરા, સુકના ગાંડીયાથી વેદ થઈ એમનારા વેદોમાં ફેર હશે, જેમ બ્રાહ્મણ, ધર્મ

સંપૂર્ણ છે પણ ખરો આહ્વાણ હાલમાં નથી, તેમ શુદ્ધ આર્ય વૈદકવિદ્યા સંપૂર્ણ છે, પણ તે જાણનાર વૈદનો હાલમાં અભાવ છે.” એવા શબ્દો બોલીને તે દોઢાસો લેતા.

જ્યારે જ્યારે તેમને એમ કહેવામાં આવતું, કે આપણાથી તો પાશ્ચાત્યો વિદ્યામાં ચંદીયાતા છે, ત્યારે તેમનું હૃદય ક્યવાતું, રડતું અને ખળવું. શરદા માસીએ તેને સ્વચ્છ, ચોક્ષ્મી, નિર્મળ, કંડી, હવા એટલે શું તે સારી રીતે સમજાવેલું હતું, અને તે વાત મને મારી આ વારંવાર સમજાવતી. એક ધર્મપાઠ સમજાવતાં તેને જોટસો આનંદ થતો તેથી પણ વધારે આનંદ આ સ્વચ્છ, ચોક્ષ્મી, નિર્મળ, શીતળ, તાજા હવાના યુગ્મો અને સમન્વયવામાં તેને થતો. દરિયા તરફની ખારી પાસે જઈને પાંચદસ મિનિટ દરિયા તરફ દૂર જોઈને જે સમાધિમાં હોય તેમ તે શાન્ત ઉભી રહેતી. સ્વચ્છ, ચોક્ષ્મી, નિર્મળ, શીતળ, તાજા હવાના શુદ્ધ આત્મા સાથે તેનો આત્મા એક થઈ જતો હોય તેમ મને ખાસતું. તેનો ચહેરો ખીલી નીકળતો, તેનું મન મદ્દ શાન્ત અને પ્રસુત થતું, અને તેનો આત્મા અત્યંત આનંદ પામતો. ઘરના સૌ નોકરોને પણ તે એમ કહેતી, કે મરત દેવને આપણે ત્યાં છૂટથી પધારવા દેવા, અને સૂર્યનારામજીની પણ આરાધના કરવી કે તે પોતાનાં પવિત્ર પગલાં આપણા ઘરમાં દરરોજ પાડે, એમ હમતાં હસતાં કહીને ઘરનાં જ્યાં ખારીખારણાં ખુલાં કરવાને નોકરોને તે આજ્ઞા કરતી.

સ્વચ્છ હવા વિશે તેણે મને નીચે મુજબ દાખલો અતાવીને સમજાવ્યું હતું. એક ખાટલીમાં તેણે પાણી ભર્યું. તેમાં ખેતણ મુઠી ધૂળ અને રેતી નાંખી, અને તે ખાટલીને ખૂબ હલાવી. પાણી બધું ગંદું અને ડોળું થઈ ગયું. પછી તે ખાટલીને ત્રણચાર કલાક એક કોરે મૂકી રાખી. પછી તે ખાટલી સંભાળીને લાવવાતું મને કહ્યું. ‘મે’ તે ખાટલી મારી સામે ટેબલ ઉપર મૂકી. પાણી છેક નીતઈ થઈ ગયું હતું, બારે કચેરા નીચે ફરી ગયો હતો; ધૂળ અને દવડો કચેરા બારે કચરાની સપાટી ઉપર ફરેલો હતો; અને નીતઈ પાણી સર્વથા ઉપર હતું. આ સ્થિતિ દેખાડીને તેણે તે ખાટલી પાછી ખૂબ હલાવી અને બધું પાણી પાછું મલીન ફરી નાંખ્યું, અને મને હસીને કહ્યું, “આપ, જોયું આ બધું નીતઈ પાણી પાછું ડોળું થઈ ગયું તે.” જે હવાનો આપણે શ્વાસ લઈએ છીએ તે સ્વચ્છ પાણીની માફક નિર્મળ અને નીતરી હોવી જોઈએ. હવામાં ધૂળ, કચેરા, કાલસાની રેત, અને ધુમાડાનાં અસંખ્ય રજકણો ભેળસેળ થાય છે. ત્રણ ચાર કલાકે એ બધાં રજાણો હવા કરતાં બારે હોવાથી નીચે ખેસી જઈને હવા-નિર્મળ અને નીતરી થતી જાય છે. પણ એટલામાં ખીન અસંખ્ય રજકણો તેમાં ભેળસેળ થતાં ચાલુ રહે છે. એટલે ઉદાગી ચક્રે કે જ્યાં માડી, ઘોડા, રેલવે, કારખાનાં, મીસો વગેરે હોય ત્યાં હવામાં આવી ભેળસેળ તો ગ્રાંથ દિવસ યોડે ધણે અંશે આવુજ રહેવાની, અને ત્યાં હવાને સ્વચ્છ નિર્મળ થવાનો વખતજ મળે નહિ. આમાં ભેળસેળ થતાં કેટલાંક રજકણો એટલાં જારીક હોય છે કે તે આપણી નરી આંખે માત્રમ પડતાં નથી, તેથી તે હવામાં હોવા છતાં આપણે તે હવાને સ્વચ્છ કહીએ છીએ.

આપણા બેસવાના અને સુતાના ઓરડામાં પણ હવા કેટલેક દરજ્જે ભેળસેળવાળી હોય છે તેનું તો આપણને સ્વયં પણ આવતું નથી. કારણકે તે હવાને મલીન કરનાર રજકણો અદૃશ્ય હોય છે. સૂર્યના પ્રકાશનાં કિરણો આવી દવામાંથી પંસાર થતાં તે હવામાં હજારો રજકણો ઉડતાં અને તરતાં આપણી નજરે પડે છે.

વાહ ! વાહ ! કેવું સ્પષ્ટ અને ખુલ્લું ખુલ્લું મમળયું ! એક ક્ષણ પહેલાં જોને આપણે સ્વચ્છ હવા ધારતા હતા તેમાં અસંખ્ય ધૂળ, માટી, કાલમા, વગેરેનાં રજકણો ખાઓખાંચ,



બીડાબીડ નાચતાં આપણે જોઈએ છીએ. તે હવા અસ્વચ્છ છે તે તો હવે નક્કી થયું. આપણી અમાનતા કુદરતના કાયદાને કાંઈ ફેરવી શકે નહિ. આ હવા-જ્યારે તું શ્વાસમાં લે છે ત્યારે તે તારા ફેફસામાં જાય છે. અને તારી હવાની મોટી અને ન્હાની શ્વાસનળીઓમાં તથા હવાની કોથળાઓ વગેરેમાં એ રજકણો ચોંટી જાય છે, અને તેને રૂંધી દે છે.

ફેફસાંની ત્વચામાંથી એક ચીકણો પદાર્થ-કાયમ નીકળ્યા કરે છે, તેની સાથે તે ચોંટી જાય છે, અને બળગમ તરીકે ધણો ભાગ બહાર નીકળે છે. જો આ રજકણો પથરોના કે ધાતુનાં હોય તો તે ફેફસાંમાં દાખલ થઈ ઘાંઘો વખત ત્યાં રહે છે. આવી રીતે ફેફસાંમાં જતો કચરો અને ધૂળ નાક અને ફેફસાંની ત્વચાને ઇજા કરે છે, અને કોઈ વાર એવાં રજક-જોથી ફેફસાંમાં છેદ પડી જાય છે. આ છેદ દૂધના જંતુઓને બરાબર રહેવાનું ઉત્તમ સ્થાનક થાય છે.

જ્યારે આપણે ચોરડા પાળીએ છીએ અને પછી ભૂગડાનો કકડો લઈને જાપટ મારી ફર્નિચર ઉપરથી ધૂળ ઉડાવીએ છીએ, ત્યારે આપણે ઓરડામાં રહેતી હવામાં ધૂળ અને કચરાનાં લાખો રજકણો ઉડાડીએ છીએ, એ અમખ્ય રજકણો હવામાં ખીચોખીચ તરે છે. આપણે આપણી ખાટલી દલાતીએ ત્યારે જેમ ઉપરનું નીતરું પાણી અને નીચે જેડો કચરો એક સેળનેળ થવાથી ગંદુ-ડોળું પાણી નગરે પડે છે, તેમજ હવે તે ઓરડાની હવા મલીન થાય છે. આપણે નગરે નહિ દેખી શકીએ તેથી શું થયું ? સારદા મારીએ મારી બાને સમજાવ્યું હતું કે જો તે ઓરડાની બધી મલીન થયેલી હવાને નિર્મળ તાજ પાણીના વાતણમાંથી પસાર કરવામાં આવે તો હવામાં રહેલો ધૂળ-કચરો વગેરેનાં રજકણો પાણીમાં રહી જાય, અને મલીન હવા સ્વચ્છ થઈ જાય. અને બધી હવા પાણીમાંથી કાઢવા પછી જો તમે તે પાણી તપાસશો તો તમને તે બહુ ડોળું આક્રમક પડશે, અને એ પાણી તમને જોતું પણ નહિ ગમે. આ પાણી જે ગંદુ થાય છે તે હવામાં રહેતા કચરાથીજ. ઉપરાંત, વળી એ પાણીમાં રહેલાં રજકણોને જો તમે અસ્પર્શક પત્ર વડે જોશો તો તમને કમકમારી ઇશ્વરે. એ કચરામાં સડતી વનસ્પતિ, અને માંસના કે પશુના અને દરદીનાં ફેફસાંના રજકણો, તથા સડતા દાંતમાંથી નીકળતાં પશ્ચાળાં અને સડતાં રજકણો, અને તે ઉપરાંત હજારો દર્દના જંતુઓ અને બીજાં સક્રમજંતુઓ તમને માત્રમ પડશે. આ શું ? અહીં તમારા શ્વાસમાં તમારાં ફેફસાંમાં જતું નથી ? આથી તમારાં ફેફસાંને કાંઈ સડો કે બગાડ પહોંચશે નહિ ?

હજી સુધી તો આપણે માત્ર નિર્મળ હવાની વાત કરી, દર્દના જંતુને કાંઈ પાળો હોતો નથી. તેઓ તો ધૂળનાં રજકણોને ચોંટી છે, અને જ્યારે ધૂળથી ભેગભેગ થયેલી હવા આપણાં ફેફસાંમાં જાય ત્યારે દરદના જંતુ પણ ધૂળ સાથે ચોંટીલા હોવાથી ફેફસાંમાં દાખલ થાય છે, અને જો ત્યાં સ્થિતિ અત્યંત પડતી હોય તો ત્યાં તે ઘર કરી બેસે છે. માણસ એટલે દરજ્જે બેવકુફ છે કે તેનું શરીર વધારે લાભો વખત રક્ષાતી શકે નહીં. પણ પ્રભુની દયા એટલી બધી છે, કે અત્યંત હલ સુધી જો માણસ જૂન કરે તો શરીરમાં રહેલી જીવન-શક્તિજ તે જૂલો પોતાની મેળે સુચારી લે છે. પણ જ્યારે એની જૂલો અને મહત્ત્વ હલ બહાર વારંવાર થાય છે, ત્યારે શરીરની જીવનશક્તિ તેમને પહોંચી વળતી નથી, અને શરીરમાં દર્દ લાગુ પડે છે.

શ્વાસ લેવાને આપણે નાકવાટે હવા લઈએ છીએ તે વખતે નાકનાં યુવવળીમાંના બાગોમાંથી પસાર થતાં હવાને નાકની અંદરની ત્વચા દ્વારા અમખ્ય વાળમાંથી પસાર

થવું પડે છે. ધૂળના રચકણો અને સૂક્ષ્મ જંતુઓ આ ગળાણીમાં પકડાઈ રહે છે, અને હવા તેમાં ગળાઈને અંદર પસાર થાય છે. બધારે આપણે નાક સાફ કરીએ છીએ ત્યારે તે લીટ સાથે બહાર નીકળી જાય છે. જો કદાચ દર્દના જંતુ નાકની ગળાણીમાં પકડાયા વગર અંદર વધારે આગળ પેસી જાય તો નાકની ત્વચામાંથી નીકળતા પદાર્થ (mucus) માં એવો શુષ્ક છે કે તે જંતુઓ તે પદાર્થના સમાગમમાં આવતાં નાશ પામે છે. આ બેઠે નાકાદારના હાથમાંથી છટકીને જો કદાચ જંતુઓ અગાડી વધે તો શ્વાસનળી અને ન્દાની નળીઓની અંદરની ત્વચામાં અસંખ્ય વાળો—Cilia—હોય છે જે હમેશાં ગતિમાં રહે છે; તે દાખલ થતા જંતુઓને પકડી પાડીને અટકાવે છે. અને શ્વાસનળીની ત્વચામાંથી નીકળતા પદાર્થ સાથે મેળવીને તેને બહાર ફેંકી દેવામાં આવે છે.

ધારો કે કદાચ ઉપરની તમામ અટકાવતોમાં નહિ સપડતાં રચકણ કે જંતુઓ ખારો ખાર ફેફસાંમાં દાખલ થવા પામે, તોપણ ફેફસાંમાંના શ્વેતીમાં ફરતા (white blood corpuscles) હજારો સફેદ રચકણો છે તે આ દર્દના જંતુઓને પકડીને ગળી જશે. તે રચકણોમાં રહેલા બળ અને તેની સંખ્યા ઉપર છેવટની ફતેહનો આધાર રહેલો. જો જંતુઓ સંખ્યાબંધ અને વારંવાર દાખલ થયા કરે તો સફેદ રચકણો તેની સાથે ખાવ જીડવામાં પૂરતાં શક્તિમાન થઈ શકે નહિ, અને એવી સ્થિતિમાં માથુસને ક્ષયનું દરદ લાગુ પડી જાય. કુદરત તો આપણા શરીરને સાવું રાખવા માટે ઘણો પ્રયાસ નિરંતર કર્યા કરે છે, પણ આપણે એ બાબત બરાબર નહિ સમજતા હોવાથી એ શરીરનું રક્ષણ કરનારી જીવનશક્તિનો આપણે સદુપયોગ કરી શકતા નથી.

સ્વચ્છ, ચોક્ષ્મી, નિર્મળ હવાનો અર્થ હવે આપણે સ્પષ્ટ રીતે જોયો અને જાણ્યો છે. ચોક્ષ્મી હવા એટલે માત્ર હવા, ધૂળ-મળ-દર્દના જંતુ વગેરે સિવાયની હવા. ઉધોગી શહેરોમાં કારખાનાં ચાલો રજાં હોય છે ત્યાં તો સ્વચ્છ, નિર્મળ હવા મેળવવી બહુ મુશ્કેલ છે. આપણે માગીએ છીએ તેવી સ્વચ્છ, નિર્મળ હવા તો બરદારીએ, દૂર દરિયામાં અને કુંભાર કે પર્વતોનાં શિખરો ઉપર મળી શકે. સહેર કરતાં ગામડામાં હવા વધારે સ્વચ્છ હોય છે, શહેરના અંદરના બાગ કરતાં બહારના બાગમાં હવા વધારે સ્વચ્છ મળે છે. ધરતી અંદર કરતાં ધરતી બહાર વધારે સ્વચ્છ હવા મળે છે.

તમે પર્વતના શિખર ઉપર જશો તો પણ મનુષ્ય સ્વભાવ પ્રમાણે ત્યાં તમે તે સ્વચ્છ હવામાં થોડો ઘણો જગાડ તો જરૂર કરવાનાજ. ચારદા માથો કહેતાં, કે “ જો તમે ક્ષયના રસ્તેને કાપ્પો કરવા-સાંને કરવા માગતા હો અને તમે પોને પણ ક્ષયના દરદથી દૂર રહેવા માગતા હો તો ચોક્ષ્મી, નિર્મળ, સ્વચ્છ હવા શોધો, ખોળો, હુંડી કઢાડો અને પ્રાપ્ત કરો. તેમાંજ તમારું જીવન ગાળો, તેમાં તમે નિદ્રા લેજો, અને એ નિર્મળ, સ્વચ્છ તાજ હવાની કુદરતી નિર્મળતા, સ્વચ્છતા અને ચોક્ષ્માઈને સંજ્ઞાળી સાચવી રાખો.”

સ્વચ્છ હવાની ક્ષયના દરદી ઉપર કેવી અસર થાય છે તે વિશે મારી અને મારા ચારદા માથો કેટલાંક ઉદાહરણ આપીને સમજાવનાં. તેઓ કહેતાં, કે “ આ મારો મેશો રૂબરૂ લેજો, અને તેને થોડું સ્વચ્છ કરી મને આપો. તે રૂબરૂને તમે મેલા મદા પાણીથી સાફ ધોવાની કાંઈ કસપના પણ કરતાં નથી ખરું કે ? તમે કહેશો, કે રૂબરૂને ધોઈને ધોળા દૂધ, એવો કરવો હોય તો મેલા પાણીથી તે કાંઈ ધોવાય ? તેમ કરવાથી નો ઉલટો તે મેશો થાય. હીક ત્યારે તમે અસ્વચ્છ, ગંદી, મચીન દરમાં લનારા અવાન અને ચુર્ખાઈને

હાથે ક્ષયના દરદીને રાખીને તેને સામે દરવાની બાહીશ આસાઓ રાખે. તો તે હસવા જેવી છે કે નહિ ? મહીન રજકણાળી હવા દરદીનાં ફેફસાંને સ્વચ્છ અને નિર્ભય કરે કે ઉઘટો વધારે કચરો અને રજ ઉમેરે ? તમે તમારાં મેલ્યાં લૂગડાં ધોવા માટે નિર્ભય પાણી વાપરવાને ઇચ્છો છો અને જરૂરતું ધારો છો, ત્યારે દરદવાળાં ફેફસાંને સ્વચ્છ હવાથી સાફ કરવાનો તમને વિચારજ કેમ આવતો નથી ? આ પાત શું તમારા સમજવામાં આવતી નથી ? ખરામ હવામાં શ્વામોગ્ધવામ લેવાથી દરદીનાં ફેફસાં વધારે દરદી થતાં નથી ? વળી જે હવા તમે શ્વાસમાં લેો છો તેમાં તમારાં દરદવાળાં ફેફસાંનો કોહવાટ કે સડો, પર વગેરે ઉમેરીને તેને વધારે મહીન કરતા નથી ”

“ હવે ધારો, કે જે રૂમાલ એ તમને ધોવા આપ્યો છે તેનો એક છેડો કે ભાગ મેલો હતો. હવે જો તે મેલા છેડાને સ્વચ્છ કરવાને તમે આખા રૂમાલને ગંદા પાણીથી ધુવો તો આખો રૂમાલ ગંદો નહિ થાય ? ત્યારે હવે તમને શુદ્ધ સમજાવું નથી કે જો ફેફસાંના યોગ્ય ભાગને ચેપ કે દર્દ લાગુ પડ્યું હોય, અને બાકીનો ભાગ સારો અને તન્દુરસ્ત હોય, તોપણ અસ્વચ્છ અને ગંદાં હવા શ્વાસમાં લેવાથી તમે ફેફસાંના સારા ભાગને પણ દરદવાળું નહિ બનાવો ? મહીન હવામાં રહેલી મચીનતાથી અને ફેફસાંમાંથી નીકળતા ગંદા અને અનારોગ્ય પદાર્થો હવામાં જે સેજબેજ થાય તે પાછી શ્વાસમાં દાખલ થાય છે.”

ઓગડામાં વાસીદું વાળતાં અને સામાન ઝાપટતો જે ધૂળ અને રજકણ આપણે ઉડાડીએ છીએ તે પાછું જમીન ઉપર ફરી બેસતાં એકથી આઠ કલાક થાય છે; અને એ રજકણો ફરી જતાં હવા પાછી અમલ સ્થિતિએ આવે છે. બાલક પારણામાં સંતું હોય તે વખતે વાસીદું વાળવામાં આવે, અને જો તે પારણામાં બેજશુ કપાક એમ સૂકું રહે તો હવામાં ઉડે. અને બેજસેજ થયેલો કચરો તેના શ્વામોગ્ધવાસમાં જાય છે, અને તેથી બાલકને ખૂબ દાનિ થાય છે, પણ અંતરણ માતા કે જહેન આથી તદ્દન અમળ્યું હોવાથી તેને ખમર પડતી નથી કે તે બાલક આવી રીતે તો કેટલું હેરાન થાય છે.”

જેમ હવા હલકી અને પાતળી તેમ તેમાં બેજસેજ થયેલો કચરો જલદી ફરીને બેસી જાય છે. પરંતુની હવા પાતળી હોવાથી અને રજકણો મુક્કમલે વધારે ભારે હોવાથી ત્યાં રજકણો જમીન ઉપર જલદી પડી જમીન હવાને સ્વચ્છ બનાવે છે. વળી પરંતુની હવા ઠંડી હોવાથી સડો હોય છે, અને સૂકી હવામાં રજકણો જલદી ફરીને નીચે બેસે છે.

આવાં કેટલાંક કારણોથી ક્ષયના દરદીને પરંતુની હવા ખાવાનું કહેવામાં આવે છે. ત્યાં હવામાં ખીચ ચીજો બેજસેજ થવાનાં કારણો બહુજ જુજ હોય છે. વળી પરંતુ ઉપરની હવા ઠંડી, સડી અને પાતળી હોવાથી તે મુક્કમલે વધારે સ્વચ્છ પણ રહે છે, આવી સ્વચ્છ હવા દરદીનાં ફેફસાંને ધોઈને સાફ કરે છે. તે સ્વચ્છ હોવાથી ફેફસાંમાં કાંઈ કચરો ઉમેરાતો નથી એટલુજ નહિ, પણ તે હવા સ્વચ્છ હોવાથી ફેફસાંમાં આગાઉથી રહેલા દરદના જંતુ અને કચરાને દૂર કરી શકે છે. ક્ષયનું દરદ થવા પછી તેને દૂર કરવાને સ્વચ્છ હવા જેટલી જરૂરતી છે તેટલીજ તેને થવું અઘરાવમાં પણ સ્વચ્છ હવા જરૂરતી છે.

જે હવા ક્ષયના દરદી શ્વાસમાં લે છે તે ગમે તેવી સ્વચ્છ હોય તોપણ તે શ્વાસ વારે બહાર નીકળતાં તેમાં ફેફસાંના મડાના બાગમાંથી પર અને રેસાનાં રજકણો, કારણોનિક

એસિક અને બીજા નુકસાનકારક પદાર્થો તેમાં આવે છે. આસ વાટે બહાર કઢાડેલી હવા પાછી શ્વાસમાં જવી જોઈએ નહિ. તેને દૂર કરવી જોઈએ. નરલા માટે - દરદીના ઓરડામાં તાજી હવાની રાતદિન પૂરી આવજવ હોયી જોઈએ. આદ્ય હવાની જરૂરી આવજવ હોયથી ખરાબ હવા દૂર થતાં તાજી સ્વચ્છ હવા ઓરડામાં દાખલ થાય છે. જેટલે દરજ્જે ઓરડામાં સ્વચ્છ હવા તેટલે દરજ્જે ફેફસાંમાં પણ સ્વચ્છ હવા; અને જેટલે દરજ્જે ઓરડામાં અસ્વચ્છ હવા તેટલે દરજ્જે ફેફસાંમાં પણ અસ્વચ્છ હવા સમાજવી. તેટલા માટે આપણને સ્વચ્છ અને તાજી હવાની કાયમ જરૂર છે-કોલસા, ધુમાડો, ધૂળ વગેરેનાં રજકબોથી મોકળી, દરદના જંતુ વગરની, અને ઝાકિસજનના જોઈતા પૂરા પ્રમાણવાળી સ્વચ્છ અને તાજી હવા-એ હવાની આપણને પૂરી જરૂર છે.

શારદા માશી ઠંડી હવાનાં બહુ શોખીન હતી, અને ઠંડી હવાથી કાયના દરદીને બહુ કાયદો થાય છે એમ મારી બાને તેઓ સમજાવતાં. તેઓ કહેતાં, કે જ્યારે દરદી તેના શ્વાસમાં હવાનો જોઈતો જાયો ન લાઇ શકે અને શારીરિક કસરત કરી ન શકે એવી હાલ-તમાં હોય ત્યારે ઠંડી હવામાં રહેવાથી ખાસ કાયદો છે. ઠંડી હવામાં રહેવાથી શ્વાસ કુદરતી રીતે ઢીલે લેવાય છે. અને વળી ઠંડી હવા ગરમી લાગવાથી વધે છે. ઠંડી હવા જ્યારે શ્વાસોચ્વાસમાં લેવામાં આવે છે, ત્યારે ફેફસાંમાં લોહીની ગરમીથી તે ગરમ થાય છે, અને વધે છે, તેથી તે ફેફસાંને પહોળાં કરે છે." હવે આપણને જે કાંઈ જોઈએ છીએ, તે સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી હવા. આવી હવા જીવનનું જીવન છે. તે કામના-દરદનું મોત છે.

હવા સડી હોય તો તે કાયદાકારક છે. સડી હવાનો શ્વાસ લેવાથી ફેફસાંના સોજાને બીધે ત્યાં એકઠો થતો રસ દૂર થાય છે, હવા સડી હોવાને બીધે તે ફેફસાંમાંથી વધારે બીનાય લઇ શકે છે. સુજ ગળેલાં ફેફસાંના સ્નાયુમાં રસ, પણ વગેરે ભરાઇ રહે તેનું તે જલદીથી શોષણ કરે છે. સડી હવાનો શ્વાસ લેવાથી સુજેલા ભાગોમાંથી પાણી, રસ વગેરે નીકળતું હોય તેનું તીવ્ર શોષણ થઇ જાય છે. શારદા માશી એમ પણ કહેતાં, કે "પરંત ઉપર રહેવાથી તેની પાતળી હવાનો શ્વાસ લેવામાં આવે. તેથી બીજો એક વિશેષ કાયદો પણ થાય છે. ત્યાં ઝાકિસજન વધારે પ્રમાણમાં લોહીમાં દાખલ થાય છે. તથા લોહી અને ફેફસાંમાંથી કાર્બોનિક એસિક વધારે જરૂરમાં અને, વધારે સહેલાઈથી બહાર નીકળે છે. દરદીનાં ફેફસાં જ્યારે દરદથી સંકુચિત થયાં હોય ત્યારે પાતળી હવાના શ્વાસોચ્વાસ લેવાથી ધણો કાયદો છે."

"અહો ! સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી હવા" - આ મહામંત્ર દેખાડી આપે છે, કે જો તેનો ઉપયોગ કરવો હોય-તો મનુષ્યે જીવનનો ધણીખરો ભાગ ધર બહાર ખુદની જગ્યામાં કઢાડવો જોઈએ. આમ કરવાથી સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી હવાના કાયદા ઉપરાંત સૂર્યનારાયણના પ્રદાસની અનુકારિક અસરનો લાભ દરદીને મળે છે. સૂર્યના ગરમ પ્રકાશમાં આનંદ અને આરામ જેવું વહે છે. અને રમત અને ગમ્મત પણ મળે છે.

જે હવાને આપણે સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી, સડી હવા કહીએ છીએ, તે નિર્મળ ઓઠાચતા છત્તર નીચેની મોકળી હવાનું અગમજાની છે; અને એવી સ્વચ્છ, તાજી, ઠંડી સડી હવા એજ ક્ષણના દરદી વાટે સમજાવ્યું હા છે. પરંતુ ધરના કાપડ નીચેની હવાની હવા નિર્વકુલ નહિત.

ક્ષયનો દરદી તાણીને બોલવાથી કે કંધરસ ખાવાથી દગ્દના જંતુના જલ્યાને તેના શ્વાસ માર્ગે કાઢીને હવામાં ફેલાવે છે. પણ સ્વચ્છ, તાજ, સૂકી, ઠંડી, અને પ્રકાશવાળી હવામાં તે મલીન હવા પ્રસરતાં તે હવાના દગ્દના જંતુઓ મરી જાય છે. અને એક દરદીને એ પીળાને લાગુ પડી શકતો નથી. શારદા મારી વારંવાર કહેતાં, કે “ક્ષયના રોગીના દરદમાં જે તમે બદારથી દગ્દનો ઉમેરો ન કરો, તો સ્વચ્છ, ઠંડી, તાજ, સૂકી હવા તેને સુધારવાનું ધાણુંખરે આપીતું કામ કરી શેશે. તથા દરદીને આપતી દવા, ખોરાક, અને માનજત વગેરે સાથે તેના આરામ વધારવામાં ધણો કાલદો-કરશે.” માટે તમારાથી જાને તેટલી સ્વચ્છ, તાજ, ઠંડી સૂકી હવા મેળવવાનો પ્રયત્ન કરો, એટલે પછી ક્ષયનો સેતાન ધર ને દેશમાંથી તુરત નાસવા માંડશે.

શારદા મારી હસતાં હસતાં કહેતાં, કે “દરોગા સહવારે અને સાંજે તેમજ ખપોરે-દિવસમાં ત્રણ વખત-જ્યાં પૂરતા પ્રમાણમાં પ્રાણવાયુ હોય તેવી હવામાં જામે માઇલ ચાલવાનો નિયમિત રિવાજ રાખવો. એટલે કે ઠંડી, સ્વચ્છ, તાજ, સૂકી હવામાં દર વખતે જ માઇલ ચાલવું, અને સ્વચ્છ ઑક્સિજનન શ્વાસમા લેવો. શરીરનું જીવન લોહી છે, અને લોહીનું જીવન ઑક્સિજનન કે પ્રાણવાયુ એ તો જીવનનું પણ જીવન છે. ખુદથી હવામાં ભટકતાં માણસોનાં ડોળાંમાં ક્ષય જેવું કોઈ જાતનું દરદ જલ્પાતું નથી. ક્ષય એ તો સુધરેલી જીંદગીનું દરદ છે. તે તો મર આંગણાનું દરદ છે. એક અંગ્રેજ કવિ કહે છે કે “પ્રભુએ ગામ-ડીંચો ખનાવ્યાં છે, અને માણસોએ શંકરો મસાવ્યાં છે.”

ગામડાંની, ડુંગરાની, દરીયાની સ્વચ્છ હવા તે પ્રભુનો ઉચ્ચવાસ છે. અને શહેરનાં તંબારાં કારખાનાંના ધુમાડા સાથે તથા ઝેસ સાથે ભેગમેળ થયેલી હવા જે દરદો પેદા કરનારી છે તે હવા મનુષ્યની કૃતિ છે. કુદરતની નિર્ભય અને પવિત્ર હાજરીમાં તદ્દલીન થતાં શીખો, કુદરતના સમાગમમાં આવનાં શીખો; અને એ કુદરત તમારો મિત્ર, તમારો હાકર, અને તમારો તારક કે ઉદ્ધારક થયા વગર રહેશે નહિ.

ફરામજી ખરશેદજી.

## કસરતનું સેવન.

લખનાર—હો. મે. વા.

આપણા શરીરને બળવાન અને મજબૂત કરવામાં કસરત એ એક મુખ્ય સાધન છે. એ મનુષ્ય માત્રને કસરત જરૂરી છે તે નિષે વધુ પુરાવાની જરૂર નથી. કુદરતનો મહાન કાયદો કે જેને વધતા ઓછા પ્રમાણમાં દરેક મનુષ્યને અનુસરવું પડે છે તે કસરતનો કાયદો છે. કસરતનો સામાન્ય અર્થ લઈએ તો ગતિમાન અથવા ક્રિયા કરતી હાલત. એક રીતે જોઈએ તો ખુદ તાણાની તમામ કુદરત કે જેમાં પ્રાણી મંડળ તથા મનુષ્ય માત્રનો સમાવેશ થાય છે તે આખો વખત ક્રિયાવાન કામ કરતી હાલતમાં છે. ક્રિયા, ગતિ, હીલચાલ, કામ, કે કસરત વિનાની હાલતને આપણે મરણ પામેલી હાલત તરીકે ઓળખીએ છીએ. જાણ કે અમલજી પછે ઓછો કે વધતો પ્રમાણમાં દરેક મનુષ્ય પોતાની આખી જીંદગીમાં દરોજ કમ-ક્રિયા

અથવા કસરત કર્યા કરે છે. કારણ કુદરતનું બંધારણ જ એવું છે કે કોઇ પણ મનુષ્ય વા પ્રાણી તેમ કર્યા વિના પોતાની હૈયાતી વા જીવન ટકાવી શકે નહિ.

હાલના સુધરેલા મણાતા વખતમાં યૌવિક સાંચા કામની યુક્તિ તથા વરાળ, વિજળી વગેરેની શક્તિના ઉપયોગથી ઘણા મોટા ફેરફાર થઇ ગયો છે. જેના પરિણામે મનુષ્ય જનનને એક ઘણા મોટા ભાગ દરરોજ પુરતા જરૂરી પ્રમાણમાં શમકાજથી રાગતી શારીરિક કસરતનો લાભ જરૂરી પ્રમાણમાં મેળવી શકતો નથી. પરિણામે તેવાં મનુષ્યોના શરીર દિન-પ્રતિદિન દુર્બળ, અશક્ત, નિર્માલ્ય, જલદીથી રોગના ભોગ થઇ પડે એવાં, ઓછી જીવન શક્તિ ધરાવનારાં બનતાં જાય છે. તેવાં મનુષ્યો રોગનાં-ત્રણીવાર એપી ફાટી નીકળતા રોગનાં-જલદીથી ભોગ થઇ પડી મોટે ભાગે મરણને સરણ થાય છે, યાને અકાવિક મૃત્યુનાં ભોગ થઇ પડે છે.

આવાં મનુષ્યોને માટે કસરત તેના ચોક્કસ પ્રકારના ખાસ અર્થમાં જરૂરી છે. એટલે જે તેઓ શારીરિક મહેનત-મજૂરી જરૂરી પ્રમાણમાં દરરોજ કરવાના સંજોગમાં નહિ હોય તો ખાસ કસરત દરરોજ પંદર મીનીટ કે વધુ અથવા કલાક કરવાની જરૂર તેમને માટે રહે છે કે જેથી શરીરના દરેક અવયવો દરેક સાધાઓ, દરેક ભાગોને કસરતનો લાભ મળે, અને સોહીની ગતિ યાને રિધિરાતિસરણની ક્રિયા વધવા પામે. તેમાં થતાં નાંડીઓમાં ચોખ્ખું સ્વચ્છ શોહી બનવાની ક્રિયા વધવા પામે છે તથા શોહીમાંની અસ્વચ્છતા યાને ઝેરી નકામા પદાર્થ ધટવા લાગે છે. ચામડી વાટે પરસેવાના રૂપમાં તથા ઝાડા વાટે મળના રૂપમાં, તથા નાક વાટે એકવારની દમમાં લાંધેથી હવા જે પાછી કાઢવાના રૂપમાં શરીરમાંનું ઝેર પુરતા જરૂરી પ્રમાણમાં બહાર કાઢવામાં કસરતથી ઘણી મોટી અને કામતી મદદ મળવા પામે છે. શરીરમાંનાં મૃત્યુ પામેલાં રજકણોને એક પ્રકારનું ઝેર યાને વિખતીય દ્રવ્ય Foreign matter છે અને જે શરીરમાં જોઇએ તે દરતાં વધુ વખત સુધી રહે તો તેનો જત્યો ઘણો વધી જવા પામે છે, અને તેથી દાવ, ખાંસી, સોજા વગેરે સંખ્યાબંધ રોગ ઉત્પન્ન કરવામાં મદદગાર કે કારણ રાખે છે, તે ઝેરને પુરતા પ્રમાણમાં જરૂરી ઝડપથી શરીરમાંથી બહાર કાઢવામાં કસરત સાધી મુખ્ય અને જરૂરી છે.

કસરતનું મહત્વ આંકવામાં આપણે સ્વચ્છ ચોખ્ખી હવા, સર્વેની શેશની, સ્વચ્છ મીઠું પાણી, સ્વચ્છ સાદો ખોરાક, ઉષ્મ, આશાએય, શાંતિ, મહાવિચાર, ભલાં વચન, સુદૃઢ વગેરેને ટદી પણ ભૂલી જઇ શકીએ નહિ. યાને કસરતની સાથેજ આરોગ્ય સંરક્ષણને લગતા શારીરિક, માનસિક, નૈતિક, આધ્યાત્મિક નિયમોને અવલખીને રહેવાની જરૂર ખુબી છે. પરંતુ હાલમાં આરોગ્ય સંરક્ષણને લગતાં દાર્પકમમાંથી કસરતને આતલ રાખવામાં આવી હોય એવું લાગે છે.

જો વિષે હુનિયાનો સુપ્રસિદ્ધ કસરતગાર યુજેન સેન્ડો પોતાના વિચારો ઘણી ઉત્તમ રીતે દર્શાવે છે કે:—

Nothing is of more importance to the well-being of a state than the health and physical condition of its inhabitants. At the present time the state guards the health of its citizens, chiefly by acts enforcing sanitation, ventilation, inoculation, and by making punishable the adulteration of food, the pollution of the

atmosphere, drinking water, etc., but wholly neglects the most direct and effective method of securing and maintaining health, viz.: "Systematic Exercise" scientifically applied.

**સામાર્થ્ય**—રાજ્યના બંધાને અર્થે પ્રજાની તંદુરસ્તી અને સારીરિક ઉત્તમ સ્થિતિના દરતા ખીલું કાંઈ પણ વધુ મદતનું નથી. દાહના વખતમાં રાજ્ય તરફથી કાયદા મારફતે પ્રજાને સુખશાંતિના નિયમેને અનુસરવાની ફરજ પાડવામાં આવે છે. ધીવગાની રસી મુકવામાં આવે છે, ગંદકી કરનારા, પીવાનું પાણી જગાડનારા, ખોરાકની વસ્તુઓમાં ભેગ કરનારાને સજા કરવામાં આવે છે. આ પ્રમાણે કરીને પ્રજાની તંદુરસ્તી તથા સુખશાંતિનું રક્ષણ કરવામાં આવે છે. પરંતુ તંદુરસ્તી જળવવાનું તથા મેળવવાનું જે સૌથી સરળ અને અડસીર કાર્યસાધક સાધન—કે જે નિયમિત પદ્ધતિસરની કસરત છે—તે તરફ જરાપણ લક્ષ્ય અપાતું નથી.

ખરેજ મી. સેન્ડો કહે છે તેમ દાહમાં કસરતથી પ્રજાની તંદુરસ્તી સુધારવાનું કામ રાજ્ય-તરફથી થતું નથી. તે કે કેટલીક શાળાઓમાં કસરતનાં સાધન જોડેલાં માલુમ પડે છે. પરંતુ તેના લાભ જોઈએ તેવી રીતે જરૂરી પ્રમાણમાં લેવાતો હોય એવું જણાતું નથી. કદાચ દાહના વખતમાં એ કામ રાજ્ય તરફથી શરૂ કરવાનું અભ્યવહાર ગણાતું હશે. કારણ પ્રજાને લગભગ તમામ વર્ગ પદ્ધતિસરની નિયમિત કસરતથી યતા કાયદાઓ વિશે જોખમર હોય વા તો ખીજાં તરેહવાર કારણોથી કસરતનો લાભ લેવાને તત્પર નહિ હોય.

છતાં પણ કસરત જ્યારે પ્રજાની સામાન્ય તંદુરસ્તી સુધારવા તથા જળવવામાં ખીજા સુખશાંતિને લગતાં સાધનો જોડે થશે મદતનો કાર્યસાધક માગુ વા હિસ્સો આપી શકે છે તો તે તરફ તદ્દન બેરકાર રહેવાનું પરવડી શકે તેમ નથી. એટલે રાજ્ય તરફથી કસરતશાળાઓ સ્થાપવાની શરૂઆત કરવી અને તેમાં પ્રજાનાં ધણાં મનુષ્યો દાખલ થઈ તેના લાભ લઈ શકે તે માટે ખની શક્તા દરેક ષટતા પ્રયાસો શરૂ કરવા જોઈએ; પ્રજાના આગેવાનો તથા પ્રજા અને રાજ્યના હિતચિંતકો તથા ઉત્સાહી સજ્જનો અને શ્રીમંત શહેરીઓ રાજ્યની મદદ ઉપરાંત ખાનગી પ્રયાસથી પણ ધણું કરી શકે. અસલ આપણા દેશમાં કસરતને રાજ્ય તરફથી ઉત્તેજન મળતું હતું. વડોદરા રોજ્યમાં આગળ થઈ ગયેલા મદરાસ ખડેરાવને સારૂ કહેવાય છે કે તેઓ પોતે કસરતના ધણા શોખીન હતા અને પોતાના રાજ્યમાં કસરતશાળા સ્થાપી હતી તથા કસરતમાળેને ઉત્તેજન આપી કસરતના કાર્યમાં મદદ કરતા હતા.

પ્રાચીન ગ્રીક પ્રજા કસરતથી એક વેળા ઘણી ઉત્તમ તંદુરસ્તી ધરાવનાર બની હતી. તે ઉપરાંત રોમન પ્રજામાં પણ કસરતનો શોખ દાખલ થયો હતો. અને જ્યાં સુધી તે જળવયો ત્યાં સુધી રોમન પ્રજાની ચઢતી સ્થિતિ પણ જળવાઈ રહી હતી. રાજ્યમાંના તદ્દા પ્રજાજનમાંના નામકીત વિદ્વાનો અને મહાન પુરોહો તથા નાનાં-મોટાં દરેક જાહેર કસરતશાળામાં જોગી કસરતનો લાભ લેવામાં માન અને મોટાઈ સમજતાં હતાં. ખુદ શહેનશાહ સુધી કસરતશાળામાં દાખલ થવાનું વાજબી સમજતા હતા; જે વિશે કહે છે કે:—

Every town in Greece had its Gymnasium, and this was remarked as an infallible sign by which a Greek town might be

recognized. With the Spartans, men, women and children exercised in the public parade ground, the children beginning their daily exercise as soon as they had attained the age of five.

When Rome was at its highest and greatest, each Roman citizen exercised in the Field of Mars. The Emperors themselves joined in these sports and Marius declared that he never missed a day at the Field of Mars. In the days of Rome's decline, the cult of the body degenerated with other studies.

દરરોજ નિયમિત રીતે કસરત કરવાનો હેતુ કાંઈ અસાધારણ પ્રકારનું બળ કે શક્તિ મેળવવાનો નથી. પરંતુ કસરતથી આખા શરીરને એકંદરે જે ફાયદો થાય છે તે ધણો અમૂલ્ય છે, તેનાથી શરીરનો બાકો મુક્ત થાય છે, છતી તથા ફેફસાં ખીલે છે, હાર્ટ માને હૃદય મજબુત થાય છે, પાચન કરનારા અવયવો સતેજ થાય છે અને દરદ તથા રોગો સામે રક્ષણ વા ટકાવો કરવાને શરીર સમર્થ થાય છે.

કસરત એકવાર કરવાનું શરૂ કર્યા પછી તે હંમેશા ચાલુ રાખવી જોઈએ. પરંતુ થોડા દિવસ કે માસ થા વર્ષે કર્યા પછી સદંતર પડતી મુશ્કેલી જોઈએ નહિ. મી. સેન્ડો કહે છે કે:-

So long as life lasts if an individual wants to keep healthy, exercise is just as necessary as food. It is indeed better never to have exercised at all than to exercise for a few years and then drop it entirely. Don't be overcome by apparent difficulties. If you wish to succeed go forward never draw-back. Pupils must not be discouraged because after the first few day's training they may feel stiff.

માને કે એક માણસ પોતાની જીવંતીના અંતઃસૂક્ષ્મને તંદુરસ્ત રહેવા ઇચ્છતો હોય તો જેમ પોરાક લેવાની જેવી અગત્ય છે તેવીજ કસરતની છે. એ તો તદ્દત ખરૂં છે કે થોડા વર્ષે કસરત કર્યા પછી જો સદંતર કસરત કરવાનું પડતું મુશ્કેલું હોય તો એકતર છે કે કસરત કરવાનું શરૂ કરવુંજ નહિ. જો તમેો ફતેહ મેળવવા ઇચ્છતા હો તો શરૂઆતની મુશ્કેલીથી નહિ, દરતાં આગળ વધો. શરૂઆતમાં કસરત કરતાં થોડા દિવસ શરીર અકાંઈ મજબૂત હોય એવું લાગશે પણ તેથી નાકાંઈ મત થવું નહિ.

શરીરના દરેક ભાગને કસરત મળે એવા પ્રકારની કસરત જરૂરી છે. હવે દરરોજ પોતાના ધધાને લગતા અંગમરદન તથા પરને લગતા શમકાજની મરદન તથા મરુરો પાસે હદ ઉપરાંત વધુ વખત સૂધી ફરજિયાત કરાવનામાં આવતી મરુરો અને ચોખ્ખી ખુધી હવા તથા પ્રકાશવાળાં સ્થાનમાં આનંદ, ઉત્સાહ, એકાગ્રતા, તથા પ્રીતિપૂર્વક પોતાની ઇચ્છાસક્તિ તથા મનના જોશાથી થતી કસરતમાં ધણો તફાવત રહે છે. એ તો જરૂરનું છે કે દરેક મરુરો અંગમરદનનું કોઈ પણ પ્રમાણિક શમ કરવામાં રહી પણ પોતાનો દરજ્જો દલકાડે પડે એમ ધાન્યું જોઈએ નહિ. અંગમરદનનું દરેક શમ કરવાને મહાવરો રાખવાથી આપણને ધણો ફાયદો થાય છે. આદે દરરોજ પોતાના ધધા રોજમારને લગતું



અંગ મહેનતનું કામ જાતી શક્તિ પ્રમાણમાં કર્યા કરવાની ૨૪ રાખી જોઈએ. અને તે કામ પ્રીતિપૂર્વક કરવું જોઈએ. ને ઉપરાંત શારીરિક મહેનત કરનારે મજૂર વર્ગ હદ ઉપરાંત વધુ અંગ મહેનત જોઈએ તે કરતાં વધુ વખત સુની કરવાની ફરજમાં મુકાય તો પરિણામે નુકસાનજ થાય.

દરરોજ કસરત પ્રુધી હવા આનંદાળા યાજી જગ્યાએ એક ચિત્તે, શાંત મને, પ્રીતિ-પૂર્વક કરવાની જરૂર છે. કસરત કરતી વેળાએ મનને બીજી ત્રીજી જાગ્યે ઉપર બઠકવા નહિ દેતાં કસરતના કામમાંજ રોકેલું ગમ્મવું જોઈએ. યાને શારીરિક દિલચાલ ઉપરાંત ધન્ય-શક્તિ યાને ચિત્તશક્તિનો ઉપયોગ પણ ખાસ જરૂરી છે. ગી. સેન્ડો એ વિષે કહે છે કે:-

The first essential to success is the power of concentrating the will upon the work. Muscles are not developed by muscular action alone. We must put our mind, as well as our muscles into our work. And by exercise and practice the Will Power is greatly increased. Will-Power is a mighty factor—the mightiest. What I wish to impress on delicate pupils is the desirability of progress by degrees.

સારાંશ કે ફતેહનો સૌથી પહેલો જરૂરી ગુણ તે પોતાના કામ ઉપર ચિત્તની એકાગ્રતા રાખવાની શક્તિ છે. ખાલી રનાયુઓની દિલચાલ કરવાથી તેની ખીલવણી થતી નથી. રનાયુઓની લીલચાલ માથે આપણાં મનને એકત્ર કરવું જોઈએ. કેજે ચાલુ મદાવગ અને અભ્યાસથી જાતી લાકે છે. ધન્યશક્તિ એ સૌથી પ્રમુખ શક્તિ છે. નમળા વિદ્યાર્થીઓએ એકદમ સૈદ્ધાંતમાં વધુ મહેનત કરવી નહિ પણ રહેને મ્ને ધીમી રાજ્યાનથી દરરોજ આગળ વધતા જવું.

વખત ફાજલ પડતો નથી એવું કહી કસરતનું સૌથી પહેલું જરૂરી અને કાર્યમાયક મહત્વનું કામ પડતું મુકવું જોઈએ નહિ. દરણુ કસરતમાં જે વખત રોગાય છે તેનો ખત્રો ચક્રદ્વિ વ્યાજ સદિત યરોઃ સારો મળી રહે છે. આ દુનિયામાં જન્મ પામી પોતાની છંદ-ગીતું સાર્થક કરવામાં તથા કાષ્ઠયુ પોતાની શક્તિનુસાર ઉપયોગી ના મહત્વનું કાર્ય જાન-વચમાં પોતાના ધધા રોજગાર હુતર ઉદ્યોગ વિદ્યા-નિવાનમાં અને હુકમાં દરેક જાગતમાં ફતેહમંદ થવાનો આધાર આપણા મર્યાદા નીરોગી શરીર ઉપર રહેલો છે. અને તદુસ્તીનો આધાર ધણે જાણે કસરતના સેવન ઉપર અવલખી રહ્યો છે.

One hour spent in physical education pays better than any other investment.—Gladstone.

દરરોજ એક કલાક શારીરિક કેળવણી પાછળ ખર્ચવાથી તેનો ખરલો જીવન કોમલયુ કામ પાછળનાં રોકાણ કરતાં ઉત્તમ રહે છે.—ગ્લેડસ્ટન.

## સુધાસાગર.

(ગતીકર્તા પાન ૨૭૯ ત્રીજું અનુસંધાન.)

કલકંઠના પુલના ખાનપાનનો વિધિ—જે માણસને આતસ ગરમીથી ચાંદીઓ પડી ગઈ હોય તેને જે રતી કલકંઠનાં પુલ મધમાં અગર માખણમાં મેળવી ખવરાવવાં, અને જે ઠેકણે ચાંદીઓ પડી હોય ત્યાં એ કુલ બભરાવવાં એ પ્રમાણે દિવસમાં જે વખત ખવરાવે અને બભરાવે તે ચૌદ દિવસમાં આતસ ગરમીનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ તથા ગરમ ચીન્નેની દરી પાળવી. જે માણસને શીરંગવાયુ શરીરે હોય તેને ત્રણ રતી કલકંઠનાં પુલ પુલસીના અરધા તોલા રસમાં અગર કેળની જડના રસમાં ખવરાવે અને ચાંદી ઉપર બીલાભાતું ધી ચોપડે એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ અગર પચીસ દિવસ દવાતું સેવન કરવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. શરીરનો રંગ લાલ જાતી જાય છે. ઉપર બતાવેલી ચીજોની દરી પાળવી. જે માણસને જાણ ગંભીર અથવા હાડ ગંભીર થયું હોય અને અંગમાં કોઈ પણ જગા ઉપર ચાંદી પડી હોય અને તેમાંથી રસી વહેતી હોય તેને કલકંઠનાં પુલ જે રતી, શીરસના પાનનો રસ તોલો બા, અગર યુગાના પાનના રસમાં ખવરાવે અને ઉપર બીલાભાતું ધી ચોપડે એ પ્રમાણે સવાર સાંજ ચૌદ અગર એકવીસ દિવસ કરવાથી હાડ ગંભીરનો રોગ મટે છે. દરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી. જેના શરીરમાં પિત્તનો રોગ વિશેષ હોય તેને જે રતી કલકંઠનાં પુલ જે તોલા મધમાં મેળવી ચટાડે એ પ્રમાણે પાંચ સાત દિવસ કરવાથી પિત્તનો નાશ થાય છે. વાયુ વિશેષ હોય તે માણસને કલકંઠનાં પુલ આદાના અરધા તોલા રસમાં મેળવીને ચટાડવાં એ પ્રમાણે પાંચ સાત દિવસ કરવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. દરી ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે.

ભાંગમાં ટુકેલી કલકંઠ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસ અજીર્ણ થઈ ગયો હોય તેને જે વખત દિવસમાં જાણે રતી કલકંઠ ભસ્મ આર તોલા દુધની મલામમાં ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી તેની નિર્મળતા દૂર થાય છે. તેલ ખટાશની કપરી પાળવી. જે માણસને યુષ્મધાત અગર જગલ્લધાત જતી હોય તેને જે રતી કલકંઠ ભસ્મ કુષારના એક તોલા રસમાં મેળવી પાષ્ટ દેવી અને સાંજે આદાના રસમાં ચટાડવી એ પ્રમાણે સાત દિવસ સેવન કરવાથી ધાતુ વહેતી બધે થઈ જાય, અને શરીર તેજસ્વી બનશે. કપરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે. જે માણસને ડોહીડું પાણી યથ ગયું હોય, શરીર નિષ્ણું પડી ગયું હોય, થોથર આવી ગઈ હોય, તેને ત્રણ રતી જગ ભસ્મ જે તોલા માખણમાં સવાર ખાવાને અને રાતે પદમમાત્રા જે તોલા મલામમાં મેળવી ખવરાવવી. શીયાળામાં અને ચોમાસાના દિવસમાં મધમાં ખાતી અને તે ઉપર તેલ, મરચું, ખટાશ, ખાંડ, તથા વાયુ દરતા અને શરદી કરતા ચીજો ન ખાવી. ધીનો ખોરાક બહુ કાપડો કરતા છે. એ પ્રમાણે ચૌદ અગર એકવીસ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે.

મકોમે ટુકેલી ગજવેલના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને દમોદ મોડા પ્રમેદ રહેતો હોય તેને ગજવેલ ભસ્મ જે રતી એક તોલા ગમના માખણમાં મેળવીને ખવરાવવી. સવારે જે વખત અને રાતે જે વખત એ પ્રમાણે મલામમાં ખવરાવવી. સાત અગર નવ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ ખટાશ અને ગરમ ચીજોની કપરી પાળવી.

ધીવાળા ખોરાક ખાવાથી ધાતુની પુષ્ટિ થાય છે. જે માણસને ગળતીનો રોગ થયો હોય, તે માણસને બે તોલા મધમાં બે રતી ગજવેલ ભસ્મ ચટાડવી. એ પ્રમાણે દિવસમાં બે વખત ચટાડવી. એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. જે માણસના શરીરમાં પિત્તરોગ હોય તેને બે રતી નાગરવેલના પાનના રસમાં સવાર સાંજ આપવી એ પ્રમાણે ચૌદ અથવા એકવીસ દિવસ ખવરાવવાથી પિત્ત રોગનો નાશ થાય છે. તેજ ખટારા અને વાયુ કરતા ચીજોની ઓરી પાળવી. જે માણસની ધાતુ નિર્ધાત થઈ ગઈ હોય, સ્ત્રીસંબોગ કરતી વખતે કમળેરી રહેતી હોય અને વીર્ય જલદી સ્ખલિત થતું હોય તેને બે રતી ઉપરની ભસ્મ ચાર તોલા દુધની ગળાઈ અને બે તોલા સાકરમાં મેળવી દિવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે સાત દિવસ સુધી ખવરાવવી. જે માણસને ઉધરસ, ખાંસી અને કમળો રોગ હોય તેને બે રતી અરધા તોલા આદાના રસમાં અગર તો કુટીયા મધમાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી એ પ્રમાણે સાત અગર ચૌદ દિવસ ચટાડવાથી એ રોગ મટે છે. ઓરી ઉપર પ્રમાણે પાળવાની છે.

**સૂર્યના તાપમાં ડુંકેલી ગજવેલના ખાનપાનની વિધિ—**જે માણસને ઉધરસ ને તાવ આવતો હોય, અને ટક પડતો હોય તેને આ ભસ્મ બે રતી તુવરીના પાનના રસમાં અથવા તો આદાના રસ તોના અરધામાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી. એ પ્રમાણે નવ અગર ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેજ ખટારા ખાંસ અને દુધની ઓરી પાળવી. જે માણસના શરીરમાં ધાતુ ઓછી હોય તેને બે રતી ભસ્મ કુટીયા મધ તોલા અરધામાં દિવસમાં બે વખત એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ જે તો ધણી ફાયદો થાય છે. ઓરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી. જે માણસને અગરરોગ રોગ હોય તેને સરશવના પાનના રસ તોલા અરધામાં મેળવી પાંચ દેવી અને રાંતે કુટીયા મધમાં ચટાડવી એ પ્રમાણે સવાર સાંજ આપવાથી ખાર વરસનો જુનો રોગ હોય તો પણ મટે છે. કદી એ જગ્યાએ ચાંદી હોય તો તે ઉપર નખખીજતું તેજ ચોપડે અથવા ચાંદીના સુખ ઉપર તે તેલની પટ્ટી કરી ચુકે ને ઉપર તેજ ચુકે. તેજ, ખટારા, મરમાં અને રસી કરતા ચીજોની ઓરી પાળવી. જે માણસને નળખધવાયુનું દર્દ હોય તેને ત્રણ રતી ગજવેલની ભસ્મ તુવરીના પાનના અથવા આદાના અરધા તોલા રસમાં મેળવીને ચટાડવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ચટાડવાથી તે રોગનો નાશ થાય છે. ઓરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે.

**પારસ પીંપળામાં ડુંકેલી ગજવેલ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—**જે માણસને એકતરો તાવ આવતો હોય તેને ઉપર લખેલી ભસ્મ રતી બે બે તોલા મધમાં મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત ચટાડવાથી તાવનો નાશ થાય છે. જે માણસને ગાંઠિયો વાયુ અથવા કળતર વાયુ હોય તેને બે રતી ભસ્મ એક તોલા મધમાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ચટાડવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેજ ખટારા અને વાયુકારક ચીજોની ઓરી પાળવી. જે માણસની છાતી અગર કમર દુખતી હોય અને ખોરાકનું પાચન થતું ન હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ દુધની બે તોલા મધમાં મેળવી સવાર સાંજ ખવરાવે એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ દવાનું એવન કરવાથી આગમ થઈ જાય છે. જે માણસને પુરુષાર્થ કમી હોય તેને એક વખત ત્રણ રતી ભસ્મ બે તોલા માખણમાં મેળવીને ખવરાવે એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી પુરુષાર્થ પ્રાપ્ત થાય છે.

હીંજીના રસમાં અથવા તેા આકાશના દુધમાં ટુંકેલી સોનામુખી ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસને આંતર ગરમી અગર વિસ્ફોટકનો રોગ થઇ ગયો હોય, અંગમાં આંદોએ પડી ગઇ હોય, તેને સોનામુખીની ત્રણ રતી ભસ્મ પતાસામાં સવાર સાંજ ખવડાવવી. એ પ્રમાણે એકવીસ દિવસ અથવા તેા પચીસ દિવસ સુધી ખવડાવવાથી અને નવમીનું તેલ ચાંદી ઉપર ચોપડવાથી વિસ્ફોટકનો રોગ મટી જાય છે. તેજ ખટાચ, અને ગરમ ચીજોની કપરી પાળવી. જે માણસને પિત્ત ગરમી ધણીજ હોય તેને જે રતી ભસ્મ સવાર સાંજ જે તોલા માંખણમાં ચટાડી એ પ્રમાણે સાત દિવસ એ દવાનું સેવન કરવાથી પિત્ત ગરમીનો નાશ થાય છે. કપરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે. જે માણસના શરીરે રતવા ગરમી હોય તેને ત્રણ રતી સોનામુખી ભસ્મ દુધીયા વનસ્પતિના રસ તોલા એકમાં મેળવી સવાર સાંજ પાવી તેવી રતવા ગરમીનો રોગ નાશ પામશે. તેજ ખટાચ મરચાં ખાવાં નહિ.

કુંવારના રસમાં મારેલી સોનામુખી ભસ્મનાં અતુપાન—કુંવારના રસમાં મારેલી સોનામુખીની ભસ્મ જેને કોઠામાં હમેશ ગરમી રહેતી હોય તેને ચાર રતી ગાયની છાશ શેર ના મેળવી સવાર સાંજ પાવી. એ પ્રમાણે પાંચ સાત દિવસ પાવાથી પેટની ગરમીનો રોગ મટે છે. ખટાચ, તથા ગરમી કરે તેવી ચીજો અને તેલની કપરી પાળવી. જે માણસને આંતરની પરમીયો અને ગરમી હોય તેને જે રતી સોનામુખીની ભસ્મ યાશેર બકરીના દુધમાં મેળવીને સવાર સાંજ પાવી એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ પાવાથી પ્રમેક અને ગરમીનો નાશ થાય છે. ઉપર પ્રમાણે કપરી પાળવી. જેને અંગમાં ગરમીની લાજા વિશેષ હોય અને કબજેરી રહેતી હોય તથા અનાજ પચતું ન હોય તેને જે રતી ભસ્મ એક તોલા મધમાં મેળવીને સવારમાં ચટાડવી સાંજે દુધની મલાઈમાં અગર ધીમાં ચટાડે એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ કરવાથી પુરેપુરો શ્વેદ થશે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કપરી પાળવી. જેને ત્રીયા રોગ હોય તેને જે રતી ભસ્મ ગાયના ત્રણ તોલા ગૂતમાં મેળવીને પાવી. એ પ્રમાણે સાત અગર નવ દિવસ સવાર સાંજ પાવાથી તે રોગનો નાશ થઇ જશે. કપરી ઉપર પ્રમાણે પાળવી.

અમરોરા વનસ્પતિમાં ટુંકેલી હીંંગલોક ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—જે માણસ નીકુંસક હોય તેને ઉપરની જે રતી ભસ્મ ચાર તોલા દુધની મંદકમાં ખવડાવવી એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ ખવડાવવાથી શક્તિવાન થઇ જાય છે. તેજ ખટાચ અને ગરમી ખાવાં નહિ. જે માણસને ગળતી હોય તેને ત્રણ રતી ભસ્મ અંરવા તોલા ગંધ અથવા અંદાના રસમાં સવાર સાંજ ચટાડવી એ પ્રમાણે ચૌદ અગર એકવીસ દિવસ ખાવાથી એ રોગનો નાશ થઇ જશે. જે માણસને ગાંઠીયો વાયુ દરેક રતુમાં રહેતો હોય તેને આ ભસ્મ જે રતી નાગરનેવાના પાનમાં ખવડાવે તેા એ રોગનો નાશ થાય છે. તેજ ખટાચ દુધ મરચાં અને ખાંડની કપરી પાળવી. જે માણસનું લોહી બગેરેનું હોય અને પિત્ત પાંડુનો રોગ હોય, શરીર ઘેજું પડી ગયું હોય, અંખો પજુ ધોળા થઇ ગઇ હોય, અને અન્ન પાચન થતું ન હોય, તેને આ ભસ્મ જે રતી કુંવારના ગર્ભમાં અથવા તુલસીના પાનના રસમાં મેળવીને સવાર સાંજ ખાવવી. એ પ્રમાણે ચૌદ અગર સત્તર દિવસ ચટાડવાથી એ રોગ મટી જશે. કપરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવી. જે માણસને ધાતુ દીણતાનો રોગ હોય તેને જે રતી ભસ્મ વજ્ર તોલા ગાયના માંખણમાં મેળવી દિવસમાં બે વખત ચટાડવી. એ પ્રમાણે ચૌદ દિવસ અપાથી ધાતુપ્રક્રિયા થાય છે. કપરી જેટલા દિવસ દવા ખાવ એટલા દિવસ પાળવાની છે.

ભુજા એગનમાં ટુકેલી હીંગણેક લસુમના ખાતુપાતની વિધિ—જે માણસને અર્ધાંગ વાયુ હોય તેને જે રતી ભરમ આદાના રસમાં ચટાકાથી તથા પાઝા લખ્યામાં આવશે તે પ્રમાણે ગંધકતુ તેલ ધરીરે માલીમ કરાવી અર્ધાંગ વાયુ મટે છે. આ દવા સ્ત્રીને સાન દિવસ ખવરાવવાથી સ્ત્રીને રૂગ ન આવતું હોય તો તેને રમરવગાપણું આવે છે. જે માણસ નપુમક હોય, ધાતુ પાતળી હોય, દમ ખાંસી અથવા કંઈ જાનનો મિતનો તાવ હોય તેને આ દવા ત્રણ રતી ઉપર માફક દિવસમાં જે વખત સાત દિવસ અગર ચૌદ દિવસ ખવરાવવાથી અગર રોગનું જગા ધણું હોય તો એકત્રીસ દિવસ ખવરાવવાથી એ રોગનો નાશ થાય છે. તેલ, ખટાસ, ખાક, અને વાયુ કરતા સ્ત્રીનેની કઠરી પાળતી.

હીંગણેક લસુમના ખાતુપાતની વિધિ—જે માણસને રેમ ગંધનો રોગ હોય તેને ત્રણ રતી ભરમ જે તોલા માંખણમાં ગેગલીને દોરસમાં જે વાર જ્યાં સુધી રસ ચાંદી-એ મટી જાય ત્યાં સુધી આપતી તેલ ખટાસને રસી કરે એવી સ્ત્રીનેની કઠરી પાળતી. જે માણસના અગમાં કળતર હોય તેને જે રતી ભરમ સારે અને સાજે આદાના રસમાં અગર નાગરવેલના પાનમાં સાત દિવસ ખવરાવવાથી કળતરનો નાશ થાય છે. અગમાં રકુરતિ આવી જાય છે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કઠરી પાળતી જે માણસને કોઈ પણ પ્રાણનો શીંગ વાયુ હોય તેને આ ભરમ ગુણસીના પાનમાં સાત દિવસ સુધી જે વખત ખવરાવવાથી શીંગ વાયુ મટે છે કઠરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળતી.

હીંગણેકના ટુકાની ખાતુપાતની વિધિ—જે માણસ પ્રથમ મરદાઇમાં હોય છતાં પાછળથી તેને નામદેવણું થયું હોય તેને આઠત્રીસ રતી હીંગણેકનાં કુચ સાત દિવસમાં દરરોજ ચાર રતી પ્રમાણે આપે તો નામદેવણું મટી જાય છે સવાર આંગ આપવું. જે માણસને ચોથીઓ તાવ આવતો હોય તેને અરાક રતી હીંગણેકનાં કુચ ત્રણ રતી દિવસમાં જે વખત આપવા જે તોલા ધીમાં ત્રણ દિવસ ચટાકાથી ચોથીઓ તાવ મટે છે. સાત દિવસ સુધી તેનું ભરમ હીંગ ખાવી નહિ. જે માણસને પક્ષાપાત થયો હોય તેને હીંગણેકનાં કુચ એકત્રીસ દિવસ સુધી દિવસમાં જે વખત થઇ પાચરતી આદાના રસમાં અથવા કુટીયા મધમાં તોલા બા માં આટવાથી એ રોગ મટે છે કઠરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે.

ધોળા આકડાના દુધમાં ટુકેલી વનસ્પતી હરતાલ લસુમનાં ખાતુપાત—રાજરોગ ઉપર એટલે જે માણસને ગાત કાઠનો રોગ હોય, હાથ પગની આંગળી ઓગળતી હોય, અથવા ચારીર પર ધા ચાંદીઓ પડી ગઇ હોય, અથવા રસ વહેતો હોય, તેને ઉપરની ભરમ ત્રણ રતી સરસવના પાનના રમ એક તોલામાં ગેગલી દિવસમાં જે વખત પાતી. એ પ્રમાણે સત્તા-વિસ દિવસ અથવા તો એકત્રીસ દિવસ દવાનું સેવન કરવાથી કાઠનો નાશ થઇ જાય છે. અને હાથ પગની આંગળીઓ દુસ્ત થઇ જશે. જેટલા દિવસ દવા ખાય તેથીસયા મણુદિવસ ધીને રોટ-લીનો ખોરાક આપવો ધીનો ખોરાક વધારે જવાપ તો ફાયદાકારક છે. અને શુભ પ્રજા દિવસ સુધી રહે છે. જે માણસને સફેદ કાઠ અને શય-ખડેરી હોય તેને જે રતી ભરમ તુગ-સીના અથવા તોલા રસમાં એક વખત આપવી એ પ્રમાણે એકત્રીસ દિવસ સુધી દવા ખાવાથી તથા ગંધકતુ તેવ સફેદ શાપ ઉપર ચોપકાથી શય-ખડેરીનો રોગ અને ધોળા કોટકાનો રોગ મટી જાય છે. તેલ ખટાસ અને ભરમ સ્ત્રીનેની કઠરી પાળતી.

ફેલી આકડાના દુધમાં ટુકેલી હરતાલ લસુમના ખાતુપાતની વિધિ—જે માણસને કોઈ પણ જાનનો તાવ આવતો હોય તેને જે રતી ભરમ આપવાથી રસમાં

અથવા નાગરવેલના પાનમાં મુકીને ખવડાવવી. એ પ્રમાણે એ અગર તથુ દિવસ ખવડાવવાથી તાવ જતો રહે છે. પંચમાં દુધ લાત અથવા દુધ રોટલી આપવી. જે માણસને શરીરનો ગૌરવર્ણ દરેકો હોય તેને ગાયતું દુધ શેર દોઢ ઉઘળી તે બળતા બળતાં પોણું શેર રહે તેમાં તથુ રતી કેસર, જે રતી ત્ર્યક્ષણ, જે રતી નારંગી અને જે રતી હરતાલ ભસ્મ એ પ્રમાણે મેળવીને સવાર સાંજ પાવ. એ પ્રમાણે ત્રેઢ માસ સુધી પીવાથી ગૌરવર્ણ થઈ જશે. તેના ઉપર જેટલું ધી અને બદામનો દહલો પાવ તેટલો ફામદો કરે. તેલ ખરાશની કપરી પાળે. જે માણસને શરીરની પાંસળાઓમાં શુષ્ક આવતું હોય તેને જે રતી હરતાલની ભસ્મ નાગરવેલના પાનના રસમાં સવાર સાંજ આપવાથી તે રોગ મટી જાય છે. કપરી ઉપર પ્રમાણે પાળવાની છે.

**અંધાડીયામાં ડુંકેલી હરતાલ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—**જે માણસને ગાંડીયો વાયુ હોય તેને જે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં મેળવી આપવી, કપરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવી. જે માણસ ઘીત થઈ ગયો હોય તેને તથુ રતી ભસ્મ આદાના રસમાં કે તુલસીના પાનમાં મેળવીને આપે. જે માણસને ધાતુક્ષીણતા હોય અને શરીર અશક્ત હોય તેને જે રતી ભસ્મ દુધની મવઇ તોડા તથુમાં મેળવીને સવારસાંજ આપવી. એ પ્રમાણે સાત અગર અગીયાર દિવસ આપવાથી ધાતુપુષ્ટિ થાય છે. જે માણસને પિત્ત ક્રમ જીનો રોગ હોય તેને ઉપરની ભસ્મ જે રતી ધીમા મેળવીને દિવસમાં જે વખત એ પ્રમાણે અગીયાર અગર પંદર દિવસ આપવાથી પિત્તક્રમજીનો રોગ નાશ પામે છે. કપરી ઉપર લખ્યા પ્રમાણે પાળવાની છે.

**કુંવારના પાકામાં ડુંકેલી હરતાલ ભસ્મના ખાનપાનની વિધિ—**જે માણસને જાતો રોગ હોય તેને આ ભસ્મ જે રતી ગાયના જે તોલા માખણમાં મેળવી સવાર સાંજ ચટાડવી. એ પ્રમાણે સાત અગર, અગીયાર દિવસ સુધી સેવન કરવાથી તે રોગ મટી જશે તે આંદી પુરાઈ જશે અને ધા રૂઝાઈ જશે. જે માણસને બદ શીરંગનો રોગ હોય, આંદી પડી ગઈ હોય તેને જે રતી ભસ્મ ગાયના જે તોલા માખણમાં દિવસમાં જે વખત ચટાડવી, આંદી મટી જાય ત્યાં સુધી ચટાડવી. તેલ ખટાલ ને રસી કરે તેવી ચીખેની કપરી પાળવી.

**તેલીયા કંદમાં ડુંકેલા કાળા સોમલના ખાનપાનની વિધિ—**જે માણસને અર્ધાગ વાયુ અથવા ગાંડીયો વાયુ હોય તેને જે રતી ભસ્મ ગાયના એક તોલા માખણમાં દિવસમાં જે વખત જ્યાં સુધી એ રોગ મટે ત્યાં સુધી આપવી. જ્યારે એ રોગમાં એક આની અગર જે આની દસર હોય તે વખતે દવા ખાતી બંધ કરવી, તેલ ખટાલ ને વાયુ હરતા ચીખેની કપરી પાળવી. જે માણસને સીત થઈ આવે ને શરીર શન્ય પડી જાય તેને જે રતી ભસ્મ આદાના રસમાં અથવા તુલસીના પાનમાં ખવડાવે તો તે રોગ મટે છે. આ ભસ્મ નખુંવડને પુરેપાતવવાનો બનાવે છે. મનાઈ અથવા માખણમાં ખવડાવે ને ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કપરી પાળે તો પણ ફાયદો થાય છે.

## અસ્વચ્છ અને અનારોગ્ય દૂધ સામે યુદ્ધ.

Education is one of the principal spokes in the wheel of the milk waggon.—Prof. Rosenau.

દૂધનું ગાડું ચલાવવામાં તેની આરોગ્ય અને અનારોગ્ય સ્થિતિના જ્ઞાનનો ફેલાવો કરવો એજ એક મુખ્ય સાધન છે.

દૂધ અને વેચાતા મળતા દૂધની અનારોગ્ય સ્થિતિ.

[આ વિષય ઉપર ડૉક્ટર સેમ્યુઅલ ઍલ. જોશી, એમ. ડી. ફ્રો The Milk Problems in Indian Cities ખાસ વાંચવા જેવું છે. અને આ લેખમાં તેમાંની વધુ વિગતો લેવામાં આવી છે.—તંત્રી.]

પ્રાણી અને મનુષ્યનાં બાળકતા રોગચાળા અને પુષ્ટિને વારંતે દૂધ મુખ્ય અને કુદરતી ખોરાક છે. બાળકના વધતા જતા શરીરને જોઈતાં દરેક તત્ત્વ જોઈતા પ્રમાણમાં દૂધમાં છે. માંદાં અને ધરડાંને વારંતે પણ તે ઉત્તમ અને અનુકૂળ ખોરાક છે. મનુષ્યજાતિને હમેશાં જોઈતા અને જરૂરી ખોરાકમાં દૂધે એટલું ઉચું સ્થાન મેળવ્યું છે, કે ગાયને મનુષ્યજાતિની 'પ્રેમાળ ધાવ' કહેવાય છે. હિંદુઓમાં આ કૃષ્ણોગી પ્રાણી વારંતે એટલી બધી ધાર્મિક લામણી છે, કે તેને 'ગાયમાતા' કહેવામાં આવે છે. પ્રાચીન આર્ય કુટુંબોમાં દીકરીને 'દાહિત' કહેવામાં આવતી.

આ પૌષ્ટિક ખોરાક તેની સ્વચ્છ અને નીરાગી સ્થિતિમાં જોડેલો ઉપયોગી છે તેટલો તેની અશુદ્ધ અને અનારોગ્ય સ્થિતિમાં નુકસાનકારક છે, અને તેના જેટલું દરેક કૃષ્ણજનાર બીજી કંઈ ચીજ નથી. જો કે જાડેર પ્રજાનાં આમળ પડતાં કુટુંબોમાં સ્વચ્છ દૂધની અગત્યતાનો વિચાર અહીંતહીં જોવામાં આવે છે તોપણ જનસમૂહમાં એકદરે તે ઉપર પુરતું ધ્યાન અપાતું નથી. દૂધમાં આવતી મલીનતા અને દંદતા જનુભો ખુદશી નજરે જોવામાં આવતાં નથી તેથી અસ્વચ્છ દૂધ યં દેશ તે (રે વિચાર આવી શકે નથી. નાનાં આળેકોને વારંતે તેમ માંદાં મનુષ્યો અને ધરડાંજોને વારંતે મુખ્ય ખોરાક દૂધ છે, અને તેટલા માટે તેની સ્વચ્છતાની વધારે જરૂર છે. જે દૂધ મળરમાંથી મળી શકે છે તે સંપૂર્ણ રીતે સ્વચ્છ અને નીરાગી છે એમ બોરાસો રાખી રાકાય નહીં, તેમ સામાન્ય રીતે સ્વચ્છ અને નીરાગી છે એમ પણ માનવું બોરાસાદાર નથી. દૂધનાં વાસણ સાદમુર કરી ચગકતાં રાખવાં, ગાયને ધોષ સ્વચ્છ રાખવી, ગાય રહેવાની જગ્યા ખૂબ સાફસુક રાખવી, એ એક વખત હિંદુ કુટુંબની ગમરૂની હતી, પણ હાલમાં ધર આમળ ગાય ઢોર રાખવાં એ એક મહત્ત્વ કડાકુટ ગણાવા લાગી છે. મોટા શેડરમાં રહેવાના કેટલાક ગેરશાયગઓમાંનો એક ગેરશાયગ એ છે, કે સદૃશ્યદરે સહેલાઈથી ઘેર ગાય લેસ રાખી શકે નહીં એ કારણથી દૂધને ઘમી સ્વચ્છતા રાખવાની સર્વ-ક્રિયા ગૃહપત્નીને માવેથી ઉતરી જોરશર, અસ્વચ્છ, અતાન બરવાડો અને જોવાજોને સોંપવામાં આવી છે; જેના પરિણામે દરેક વરસે હજારો બાળકનાં મોરણ

નિપજે છે. જનસમૂહના ઉપયોગે વારંતે વેચાતું દૂધ રસાયનિક રીતે તેમજ દર્દના જંતુઓથી મુક્ત અને સ્વચ્છ હોવું જરૂર છે. સ્વચ્છ દૂધ ધાણ, તમેલાનો કચરો, ધુળ વગેરેથી તદ્દન મુક્ત હોવું જોઈએ. એમ ગણુત્રી દરવાખા આવે છે, કે બલિન શહેરના રહેવાશીના પેટમાં દરરોજ સાડાઆઠ મણ ગાયના મળ-મૂત્રનાં રજકણો જાય છે. ત્યાં સયવાતી સ્વચ્છતાને માટે રૂખાતી દરકાર અને આપણી જેદરકારી એ ખેતો વિચાર કરતી આપણા પેટમાં કેટલો આવો કચરો જતો હશે તેનો ખ્યાલ વાંચનારે કરવો. તેવીજ રીતે સ્વચ્છ અને નરોગી દૂધ હાય, ટાઇફોઇડ, કોલેરા વગેરે દર્દના જંતુઓથી દુષિત થયેલું હોવું જોઈએ નહીં. લોકોની તંદુરસ્તી જાળવવાને દૂધ આમ જન્તે રીતે સ્વચ્છ હોવું જોઈએ. દૂધ દોહવામાં આવે ત્યારથી તે તેને પીવામાં આવે ત્યાં સુધી તેમાં ધુળ વગેરે અને દર્દના જંતુઓ પડવાનો શું શું સંભવ છે તે નીચેની વિગત ઉપરથી ગાંધુમ પકરો.

ગાય દોહતી વખતે દૂધ મલીન અને અનારોગ્ય થવાનો સંભવ:-

૧. દૂધ દોહ્યા પહેલાં વાહરડાંને તેની માને ધાવવા હોડવામાં આવે છે અને પછી તેજ આંચળ સાફ કર્યા સિવાય તેમાંથી દોહલું દૂધ વપરાશમાં લેવામાં આવે છે.

૨. ગાય અથવા ભેંસના પેટની નીચેનો બાગ તેમજ આંગળ ધોવામાં આવતાં નથી અને તે ગંદાં હોય છે.

૩. દૂધ દોહનાર પોતે પોતાનો હાથ વિધિપૂર્વક ધોતો નથી.

૪. દૂધ દોહનાર સામાન્ય રીતે અને ઘણે બાજે ગંદાં લુગડાં પહેરે છે અને દોહતી ખતે પશુ તેજ લુગડાં તેમા શરીર પર હોય છે.

૫. દૂધ દોહનારની કેટલીક રેબે અનારોગ્ય હોય છે, જેવી કે બળખો દાદવાની, ખોંદાદવાની, ધીંકવાની, નાક સાફ કરવાની, અને શરીરના ગમે તે ભાગને ખંજવાળ્યા કરવાની છે.

૬. દૂધ દોહનારને પોતાને જે ચેપી રોગ હોય તે ચેપી રોગનો જંતુથી દૂધ દુષિત થાય છે.

૭. ગાય દેર રાખવાના તમેલા અને ઓસખાસની જગ્યા બહુજ ગંદી હોય છે. તમેલાની બીંત, સીલીંગ અને ભોયતળીયાનો કચરો લુટીને દૂધમાં પડે છે. તેમજ હવામાં ફડતો ઝાં અને કચરાનાં રજકણો દૂધમાં પડે છે.

૮. જે વાસણોમાં દૂધ દોહવામાં આવે છે તે વાસણો બરાબર સાફ કરેલાં હોતાં નથી; કેટલીક વખત અડધાંપડધાં સાફ કરવામાં આવે છે, અને કેટલીક વખત શેરીની ધુળ, માટી અને અસ્વચ્છ ખાણીયાં ધોવામાં આવે છે, તથા પકેરેલાં ગંદાં કાડાં પડે સાફ કરવામાં આવે છે.

૯. ગાય દેરને પીવાનું પાણી સ્વચ્છ હોતું નથી. બરવાડા ગમે તે કેાણેથી ગાય દેરને ગમે તેવું અસ્વચ્છ પાણી હોય તોપણ તે પાણી તેને પામે છે.

દૂધ દોહ્યા બાદ તેને ધરાકને ઘેર પહોંચાડતા મુઘીમાં અને પહોંચ્યા પછી રસોડામાં અને જમતી વખતે તેને મલીન અને અનારોગ્ય થવાનો સંભવ:-

૧. ખુદમાં અથવા બરાબર જંધ નહિ કરેલાં વાસણોમાં ધુળ અને કચરાવાળાં કાટી તવામાંથી અને ધુળ અને કચરાવાળાં જાંચોમાંથી લઈ જવામાં આવે છે.

૨. જે દૂધનાં વાસણ દોહવામાં આવે છે તો તમેલામાં પડેલું ઘાસ લઇને તેવું એક જગ્યાએ મૂકી દોહવાની દૂધનાં વાસણનાં મોંમાં નાંખવામાં આવે છે અથવા તે પાણી



ગઈ લુગડાથી તે મ્હો વાંધી લે છે. કેટલીક વાર ભરવાડણી પોતાના પગરખા દૂધના વાસણ પર મૂકે છે.

૩. દૂધમાં બેગસેળ કરવાને જે પાણી ઉમેરવામાં આવે છે તે પણ ઘણુંખરું અસ્વ-  
ચ્છ હોય છે.

૪. દૂધની દુકાનોમાં અગવા બમાં દૂધ વેચવામાં આવે છે ત્યાં તેની સ્થિતિ અનારોગ્ય હોય છે. કેટલીક વખતે મોટા રસ્તા ઉપર બેસીને ભરવાડો દૂધ વેચે છે. અને દૂધનાં વાસણો ખુસ્કાં રાખવામાં આવે છે. ધરાકને દૂધ આપતી વખતે દૂધવાળાના હાથ વારંવાર દૂધને લાગે છે.

૫. દૂધ લેનારના હાથ પણ સ્વચ્છ હોતા નથી અને વાસણ પણ ખરાબર સાફ કરેલાં હોતાં નથી.

૬. ઘર આગળ પણ રસોડામાં તેમજ જમતી વખતે દૂધની પૂરેપૂરી સંભાળ રાખવામાં આવતી નથી.

૭. દૂધ પીરસનાર રસોડાઓ ઘણી વખત દૂધને તેની ગંદી ટેવોથી ગંદું કરે છે.

૮. માખી વગેરે દૂધમાં પડીને ઘણાં દર્દના જંતુઓ દૂધમાં નાંખે છે. આ બાબત માખી અને ગંદવાડાંનું પુરતક જુઓ.

ઉપર કહ્યા પ્રમાણે દૂધ ગમે તેવું સ્વચ્છ હોય તોપણ પૂરેપૂરી કાળજી રાખવામાં ન આવે તો તે ગંદું અને અનારોગ્ય યવાનો ધણો સંભવ રહે છે.

તે ઉપરાંત ગાય બેસ વગેરે ઢોર રોગી નથી એમ ખાતરી થયા પછી તેનું દૂધ ઉપ-  
યોગમાં લેવું. ધણાં ગાય ઢોરોને મંદ દરદ લાગુ પડ્યાં હોય છે, અને તેની અંતર દૂધમાં આવે છે. ગાય ઢોરની તનદુરસ્તી ઉપર દૂધનાં પોષણ ભાવ અને આરોગ્યનો ધણો આધાર છે. ગાય ઢોરને રહેવાની જગ્યા પણ તેઓને ખુસ્કી લવા, પ્રકાશ વગેરે મળે તેવી હોવી જોઈએ.

દૂધની આરોગ્ય સ્થિતિનો વિચાર કરીએ ત્યારે નીચેની ત્રણ બાબત ધ્યાનમાં રાખવાની છે:—

૧. તેની શારીરિક પરીક્ષા—તેનો દેખાવ, તેનો રંગ, તેનો વાસ તેમજ તેની ઘંટતા, ત્રગેર.

૨. રસાયનિક પરીક્ષા:—

દૂધ એક પ્રવાહી પદાર્થ છે, જેમાં લગભગ ૮૭ ટકા પાણી અને ૧૩ ટકા ધન પદાર્થ છે. આ ધન પદાર્થમાં ૪ થી ૫ ટકા સાકર છે, ૩ થી ૪ ટકા માખણ છે, ૩ થી ૪ ટકા સ્નાયુ બનાવનાર પદાર્થો છે અને બાકી ખનિજ પદાર્થ અને ક્ષાર છે. આ વિગત આગળ જતાં લખાણથી વિસ્તારવામાં આવશે. જૂલ જૂલા દૂધમાં આ પદાર્થોના પ્રમાણમાં ફેરફાર હોય છે, પણ આનો ફેરફાર અત્યુક્ત હદમાં હોય છે. તે સિવાયનો ફેરફાર એટલે તે પદાર્થમાં થતી વધઘટ દૂધમાં દગા તરીકે ગણવામાં આવે છે.

૩. સૂક્ષ્મદર્શક માંત્ર વડે પરીક્ષા:—

દૂધમાં ખમીરના બેક્ટેરીયા તેમજ ચેપી દરદોના જંતુઓ માત્રમ પડે છે. બાળકોમાં મરણની સખ્યા વધારનાર આવી રીતે દૂધમાં દાખલ થયેલા દરદના જંતુઓ છે.

દૂધમાં જે સૂક્ષ્મજંતુઓ દાખલ થાય છે તેના અટકળે નીચે મુજબ વર્ગ પાડી શકાય:—

૧. સામાન્ય બેક્ટેરીયા, માઇકોજન.

૨. ગરર, ખાતર, મળ-મૂત્રના બેક્ટેરીયા.

૬. ખમીરના બેક્ટેરીયા, જેવા કે લેક્ટોઝ ફર્મેન્ટર ( Lactose Fermenter ).

૪. દર્દ ઉત્પન્ન કરનારા જંતુઓ જેમના વિશે વધારે હકીકત વાસ્તે જુઓ, Hygiene and Public Health by Whitelegg and Newman.

સામાન્ય બેક્ટેરીયા ( માઇક્રોબ જંતુઓ ) એ પાણી અને જમીનના બેક્ટેરીયા છે. તે તુકસાનકારક નથી, તોપણ તેઓ જ્યારે મોટા જગ્યામાં હોય ત્યારે આતરકાંતો બ્યાધિ ઉત્પન્ન કરે છે. વળી તેઓ મોટા જગ્યામાં હોય ત્યારે દર્દનાં જંતુઓ તેમાં હોય એમ વધારે સંભવ રહે છે.

દૂધમાં ગરર, ખાતર, અને મળ-મૂત્રના બેક્ટેરીયા મળી જવાથી તે તુકસાનકારક બને છે. ગરરમાંથી નીકળતી હવાની સાથે ઉડતા જંતુઓ આપણા વાંપરવાના પાણીમાં તથા દૂધમાં બેળસેળ થતાં, અને ગરરનું પાણી કાઢી પછી રીતે વાપરવાના પાણી સાથે બેળસેળ થવાથી, અને ખાતરનાં રજકણો ઉડીને દૂધમાં પડવાથી અથવા ખીજ કાઢી રીતે બેળસેળ થવાથી, અથવા વરસાદનું કે ખીજનું કાંઈ પાણી ખાતરવાળું થઈને તે કુવામાં ઉતરતાં, અને આવું દુષિત પાણી વપરાતાં મળ-મૂત્રનાં રજકણોથી દુષિત થયેલું દૂધ. અથવા મળ-મૂત્રના ખાળ વિગેરેનું પાણી કુવા તથા અગ્રેડા સાથે સંબંધ રાખતું હોવાથી, અને તે પાણી દૂધનાં વાસણો વગેરે ધોવાના કામમાં આવવાથી, દૂધ ઉપર જીજીવેલાં કારણોને લીધે તુકસાનકારક નીવડે છે.

આવી રીતે ઉત્પન્ન થતાં દરોના ખામ જંતુઓ બેસિલસ કોલી કોમ્યુનિસ ( Bacillus Coli Communis ) અને બેસિલસ એન્ટેરીડીટીસ સ્પોરોજેનસ ( Bacillus Enteriditis Sporogenes ) છે.

ખમીરના બેક્ટેરીયા ( Lactose Fermenter ) દૂધને ખાટું કરે છે, અને તે ઉપરાંત ખીજ રીતે પણ તે દૂધને બગાડે છે.

દર્દ ઉત્પન્ન કરનારા જંતુઓ ક્ષય, ટાઇફોઇડ, સ્કારલેટ ફીવર, ડીફ્ટેરીઆ, ગળાનો સોજો, આઘ વગેરે દર્દનાં જંતુઓ છે. વધારે હકીકત વાસ્તે જુઓ, Hygiene and Public Health by Whitelegg and Newman.

દૂધ દોહનાર અથવા વેચનારના સંગ્રહમાં આવતાં તેઓનાં દર્દના જંતુઓ દૂધમાં દાખલ થવાથી અથવા માખી વગેરેએ દૂધમાં નાંખેલાં દરોના જંતુઓવાળું દૂધ ઉપયોગમાં લેવાથી દર્દ ઉત્પન્ન થાય છે.

હાઇડ્રો જ્વેરમાં મુજબ શહેરમાં વેચાતા દૂધના જુદા જુદા ૬૮ નમુના તપાસતાં તેના પરિણામે સરેરાશ ૧ ક્યુબીક સેન્ટીમીટરમાં એટલે કે ૧ ઇંચમાં ૧૭,૧૦,૩૦૦ સામાન્ય માઇક્રોબ તેને માલુમ પડ્યા. આવી રીતે તપાસતાં સર્વે દૂધમાં માઇક્રોબ તો નીકળે છે, પણ બહુજ સંખ્યાગ રાખી દોષેસ દૂધમાં આવે માઇક્રોબ બહુજ ઓછા હોય છે. દોષેસ દૂધમાં વખત જતા અને ગરમી લાગતાં આ માઇક્રોબ ઘણી સંખ્યામાં વધી જાય છે. દૂધમાં ખમીરના જંતુઓ પણ માલુમ પડે છે, અને કેટલાક દૂધમાં તો દર્દના જંતુઓ પણ જોવામાં આવેસ છે.

હાઇડ્રો અને અમેરિકા વગેરે દેશોમાં દૂધમાં દર્દના જંતુ દાખલ થતાથી ઉપજતાં મનુષ્યની નોંધે સખવામાં આવી છે, જેમાંના યોગ દાખવા અને અર્થોમાં ટીક્યું.

ડૉક્ટર જૉન ટ્રાસ્ટ કહે છે કે તેની હોસ્પિટલમાં તેને ગાઇડેન્સ શીવરના ૩૧૭ કેસ, સ્ટારવેટ શીવરના ૧૨૫ કેસ, અને ડીથેરીઆના ૫૧ કેસ દૂધની અનારોગ્ય સ્થિતિથી ઉત્પન્ન થએલા માલુમ પડ્યા.

મેસાચુસેસના ડૉક્ટર હેરીન્ગ્ટન કહે છે કે એક વખત ટાઇફોઇડ શીવરના ૧૮ કેસ તેના હાથ નીચે આયા તેમાંના ૧૪ કેસ અનારોગ્ય દૂધને લીધે હતા.

બોસ્ટન શહેરમાં-૪ દિવસમાં ૨૨૭ કેસ સ્ટારવેટ શીવરના થયા તેમાં ૧૯૫ દર્દીનાં કુટુંબોને એકજ ગૌરસશાળા તમ્મથી દૂધ આપવામાં આવ્યું હતું. આજ ગૌરસશાળાએ કેમ-બ્રીન્જ, સોમરનીય, અને એવરેટ એ જગ્યાએ પણ દૂધ વેચ્યું હતું. આ ચારે જગ્યા મળીને ૭૧૭ કેસ સ્ટારવેટ શીવરના નોંધવામાં આવ્યા હતા તેમાંના ૮૦ ટકા ઉપલી ગૌરસશાળાને લીધે થયા હતા.

૧૮૯૮ માં શીલાડેલશીયામાં ડીથેરીઆના ૧૫ કેસ થયા. આ દરદીઓ જુદી જુદી નિશાળના નિશાળીઆ હતા પણ તેઓનાં કુટુંબો એકજ ગૌરસશાળામાંથી દૂધ લીધું હતું.

લાઇડપાર્ક, ડોરચેસ્ટર અને મીલટનમાં ૧૯૦૭ માં એક અડવાડિયામાં ૭૨ કેસ ડીથેરીઆના નોંધાયા, એમાંના ૩૨ કેસ એકજ દિવસે થયા હતા. એક દૂધવાળા પાસેથી ૬૯ કુટુંબો દૂધ લીધું હતું. આ ૬૯ કુટુંબમાં ડીથેરીઆના કેસ કેમ થયા હતા તેની તપાસ કરતાં માલુમ પડ્યું કે તે દૂધવાળાના એક પાત્રને ડીથેરીઆનું દર્દ હતું. વધારે હકીકત વાસ્તે જુઓ *Herald of Health, Vol. VI., No 12.*

ફિલિપ થએલા દૂધથી ફાટી નીકળેલ કોલેરાના ઘણા કેસ નોંધાયેલા છે. ૧૯૦૯ માં બંગાળામાં આ પ્રમાણે કોલેરા ફાટી નીકળેલો. તપાસ કરતાં માલુમ પડ્યું કે જે નોકરે આ દૂધ વેચતા હતા તેમના હાથ ઉપર કોલેરાના દર્દના જંતુઓ હતા, અને એક નોકર સારી તનદુસ્તીમાં હતો તોપણ તે કોલેરાના જંતુનો છુપો વાહક હતો.

૧૮૯૪ માં માન્ચેસ્ટરમાં ૧૬૦ માણસને સખત ઝાડાનું દર્દ લાગુ પડ્યું. તપાસ કરતાં માલુમ પડ્યું કે આ દર્દીઓએ જે દૂધ વાપર્યું હતું તે મનુષ્યના મગથી ફિલિપ થએલું હતું.

૧૯૦૩ માં ગીલ્ફોર્ડમાં એક જલતના મળાના સોળનું દર્દ ફાટી નીકળેલું માલુમ પડ્યું. ૯૮ કુટુંબમાં આ દર્દ નોંધાયું. તપાસ કરતાં માલુમ પડ્યું કે જે ગાયોમાંથી દૂધ લેવામાં આવ્યું હતું તે ગાયોનાં આંતરજ પાકેલાં—suppurative mastitis—હતાં.

૧૯૦૪ માં ફ્રીગલીમાં ૫૦૦ કેસ ચળા. એ પણ એવીજ રીતે પાકેલાં આંતરજમાંથી નીકળતા પરએ દૂધમાં મળી જઈને મનુષ્યના શરીરમાં દાખવ થઈ ઉત્પન્ન કરેલું હતું.

ઝાંઝાવરમાં એક સ્ત્રી દૂધનો વેપાર કરતી હતી. તે બાઇની ડેરીમાંથી દૂધ ખરીદના. સંજો પૈકી આઠ જંતુને ટાઇફોઇડ શીવર લાગુ પડ્યો. ત્યાંની મ્યુનિસિપાલીટીએ આ બાન-તમાં તપાસ ચલાવતાં તે બાઇના શરીરમાં ટાઇફોઇડ જંતુઓ હતા એમ માલુમ પડવાથી તેને પેન્થન આપી દૂધને વેપાર બંધ કરવા મનાઈ કરી.

આવોજ એક દાખવો માન્ચેસ્ટરમાં પણ બનેલો છે. અડીઆં પણ એક સ્ત્રી દૂધનો વેપાર કરતી, અને તેનાથી તેનાં ધગડામાં પણ ટાઇફોઇડના કેસ થતા. આથી આ સ્ત્રીને પેન્થન કરી આપવામાં આવ્યું, અને દૂધ નહીં વેચવા. સખત મનાઈ દુકમ કરવામાં આવ્યો. આવી રીતે ઘણા દાખલાઓ આપી શકાય.

આપણે આગળ કહી ગયા તે પ્રમાણે બાળકોને વાસ્તે, માંદા માણસોને વાસ્તે, અને માંદગીમાંથી સાજાં થતાંઓને વાસ્તે દૂધ ખાસ કરીને નમુનારૂપી ખોરાક છે, અને તેજ સળખાને લીધે વારંવાર બારથી કહેવું પડે છે, કે દૂધ સ્વચ્છ અને તાજું હોવા ઉપરાંત કચરા અને દૂદના જાંતુથી મુક્ત હોવું જોઈએ. હિંદુસ્તાનમાં એક વરસની ઉંમરનાં બાળકોમાં મરણ અતિશય ઉપજ છે તે જાણીતી વાત છે. ૧૯૧૧ માં હિંદુસ્તાનમાં ૪૭,૫૨,૧૫૨ છોકરાનો જન્મ થયો અને ૪૪,૫૭,૫૫૦ છોકરીનો જન્મ થયો તેમાં એકજ વરસની વયની અંદર ૧૦,૧૬,૮૨૨ છોકરાઓ અને ૮,૭૩,૬૭૭ છોકરીઓ મરણ પામી. સાદા શબ્દમાં કહીએ તો જેટલાં બાળકો જન્મે છે તેનો પાંચમો ભાગ તેના પહેલાજ વરસમાં મરી જાય છે. આમ જીંદગીનો ચતો નાશ દેશને બહુ નુકસાનકારક છે અને તે નાશ શા કારણથી થાય છે તે કાળજીથી શોધવાની પૂરેપૂરી જરૂર છે. વધારે હકીકત વાસ્તે સરકારી રિપોર્ટ જુઓ.

મુંબઈ, દોહલી, કલકત્તા, અને મદ્રાસમાં એક હજાર જન્મેલાં બાળકોમાંથી કેટલાં મરણ પામે છે તે નીચલા કોષા ઉપરથી જણાશે:—

વરસ.	મુંબઈ.	દોહલી.	કલકત્તા.	મદ્રાસ.
૧૯૦૪...	૪૫૯.૨	૩૩૬.૪	૨૯૭.૪	૨૮૦.૯
૧૯૦૫...	૫૫૭.૧	૩૪૦.૭	૩૧૭.૧	૩૧૬.૩
૧૯૦૬...	૫૩૪.૭	૪૪૫.૧	૩૪૦.૮	૩૪૧.૨
૧૯૦૭...	૪૨૩.૬	૩૬૪.૮	૨૯૩.૦	૨૭૦.૭
૧૯૦૮...	૪૫૦.૧	૫૦૦.૧	૨૬૯.૬	૨૯૬.૩
૧૯૦૯...	૪૦૪.૭	૩૬૦.૫	૨૬૮.૦	૨૯૫.૦
૧૯૧૦...	૪૧૩.૯	૩૫૫.૦	૨૭૩.૫	૨૯૪.૧
૧૯૧૧...	૩૭૯.૮	૪૧૮.૨	૨૫૧.૬	૩૦૫.૪
૧૯૧૨...	૪૪૮.૨	૩૭૨.૭	૨૫૯.૬	૨૮૦.૪
૧૯૧૩...	૩૮૧.૧	૩૧૯.૯	૨૭૪.૮	૨૯૩.૪
સરાસરી ૧૦ વરસની...	૪૪૫.૨૪	૩૮૧.૩૪	૨૮૪.૫૪	૨૮૭.૩

૧ બાળકોમાં ઉપજતાં મરણનાં મુખ્ય કારણોના વિચાર કરીએ તો તેનું મોટામાં મોટું

કારણ નબળાઈ—debility—માણુ પડે છે. બાળકમાં ઉપજતાં મરણનો ત્રીજો ભાગ નબળાઈને લીધે છે. નબળાઈ થવાનું મુખ્ય કારણ અધૂરું ખોરાક છે. એક વરસની ઉંમરનાં બાળકો દૂધ ઉપરજ રહે છે એટલે જો ખોરાકનો વિચાર કરીએ તો દૂધ ઉપરજ થવાનું આપવાનું રહે છે. દૂધમાં પાણીનો ભેગભેગ કરવાથી તેના પોષક દ્રવ્યનું પ્રમાણ ઓછું થાય છે, અને શરીરને નોંધતા પ્રમાણમાં પોષક દ્રવ્ય ન મળવાથી શરીર દુબળું અને નિરોગ્ય થાય છે, અને કેટલાક બાધિઓ લાગુ પડે છે. એમ ગણવી કરવામાં આવી છે, કે ઇંગ્લેન્ડમાં પહેલા વરસમાંજ મરતાં બાળકોમાં ૭૫ ટકા બાળકોને ઘણું ભાગે ગાયના દૂધ અને ખીન કૃત્રિમ ખોરાક પર રાખવામાં આવે છે.

મુંબઈ શહેરની મ્યુનિસિપાલિટીની લેબોરેટરીમાં ૧,૩૮૩ દૂધના નમુના તપાસવામાં આવ્યા હતા, જેમાંના ૨૮૨ કાંઈ પણ ભેગભેગ વિનાના હતા. અો બાકીના ૧,૧૦૧ નમુનામાં એટલે લગભગ ૭૯ ટકામાં પાણી ભેગવેલું હતું. આ ભેગવેલ પાણીનું પ્રમાણ ૫ ટકાથી ૮૦ ટકા સુધીનું હતું.

તનુસ્ત્ર બાળક તેના જન્મ વખતે 'વજનમાં સાત પાઉંડ અને લંબાઈમાં અઠાર ઇંચ હોય છે. આ બાળકને જો આપું વરસ સારા અને પૌષ્ટિક ખોરાક પોષણ તરીકે મળે તો વરસની આખરે તે વજનમાં અઠારથી ગ્રાવીસ પાઉંડ થાય છે. આ પ્રમણે બાળક એકજ વરસમાં બમણાથી ત્રણગણું થાય છે. બાળકને વધવાના સર્વે પદાર્થો જ્યાર તેને મળતા દૂધમાંથીજ મળે, ત્યારે તો તેને અપાતા દૂધમાં તેના પોતામાં રહેલાં દ્રવ્યો, જેવાં કે પ્રોટીડ, સાકર, માખણ, ક્ષાર, વગેરે, નોંધતા અને કુદરતી પ્રમાણમાં 'હોવાંજ નોંધએ; નહીંતર બાળકમાં પોતામાં કુદરતી રીતે વધવાની સક્તિ છતાં તેનું શરીર પુરતા પ્રમાણમાં નોંધતા પૌષ્ટિક પદાર્થોના અભાવે પૂર્ણપણે પહોંચી શકતું નથી. જુઓ 'Body at Work' by F. G. Jewett.

\* દૂધ સાફ છે કે ખરાબ તેની પરીક્ષા માટે મુંબઈ શહેરમાં દૂધમાં રહેલાં દ્રવ્યોનું પ્રમાણ નક્કી કરવામાં આવ્યું છે. તેની પરીક્ષાની સહેલાઈને માટે માખણ અને બાકીનાં ત્રણ દ્રવ્યો—પ્રોટીડ, સાકર અને ક્ષાર—ને માખણ સિવાવના ઘન પદાર્થ—non-fatty solids—કહીને તેનાં નીચે પ્રમાણેનાં પ્રમાણ નક્કી કર્યાં છે:—

	માખણ Fat.		પ્રોટીડ, સાકર, અને ક્ષાર.		પાણી.
	સરેરાશ ટકા.	ઑછામાં ઑછા ટકા.	સરેરાશ ટકા.	ઑછામાં ઑછા ટકા.	
મેસનું દૂધ ... ..	૬ ૩/૪ થી ૮	૫ ૩/૪	૯ થી ૧૦	૯	૮૪ ૩/૪ થી ૮૨
ગાયનું દૂધ ... ..	૪ થી ૫	૩ ૩/૪	૮ ૧/૨ થી ૯	૮ ૧/૨	૮૭ ૧/૨ થી ૮૬
મેસ ગાયનું ભેગભેગ	૬	૫	૯	૮ ૧/૨	૮૫

જે મેસના દૂધમાં માખણ પાંચ ટકાથી ઓછું અને ખીન ઘન પદાર્થ ત્રણ ટકાથી ઓછા હોય, તથા જે ગાયના દૂધમાં માખણ ગાં ૭ ટકાથી ઓછું અને ખીન ઘન પદાર્થો ૮ ૧/૨ ટકાથી ઓછા હોય, તે દૂધ કાયદાસર ન હોવાથી તેમાં ભેગભેગની શંકા રહે છે.

ઘણાખરા દૂધની પદ્ધતિ જોઈને એક મોરણ મુશ્કર કરી ચક્રાવ છે, અને લેક્ટોમીટર નામનાં યંત્ર (Lactometer) થી તેની પદ્ધતિ તરત માણુ પડે છે.

લેક્ટોમીટર એક કાચની નળી છે જે દૂધમાં તેની પરીક્ષા માટે 'તરની મૂકવામાં આવે છે. તેની ઉપર કાપા પાડવામાં આવેલા હોય છે તેથી તે જેટલી દૂધમાં દૂધે તેટલા પ્રમાણમાં દૂધની ઘટતા માણુમ પડે છે.

કેટલાક હુશિયાર દૂધનાળાઓ દૂધમાંથી ચોડુંધણું માખણ કાઢી લઈને પાણી ઉમેરે છે; અને એવા પ્રમાણમાં પાણી ઉમેરે છે, કે લેક્ટોમીટરથી તપાસ કરતાં દૂધની ઘટતામાં જરાએ ફેરફાર માણુમ પડે નહિ. બાળકોને આમ પાણી સાથે ભેળસેળ થયેયું હુધ આપવાથી તેને જે પ્રમાણમાં ચરીરનાં જરૂરી દ્રવ્ય જોઈએ તે મળતી નથી.

આપણે દૂધ કેમ મલીન અને અતારોગ્ય થાય છે તે વિષે થોડીક ચર્ચા કરી છે અને જે રીતે દૂધને મલીન થવાનો સંભવ છે તેની અટકાયત કરવાને યુનાઈટેડ રોડ્સ, ઇંગ્લંડ, વગેરે દેશોમાં કાયદાઓ કરવામાં આવ્યા છે.

બાળકમાં ઉપજતાં મરણ અટકાવવાને સુચરેલા દેશોમાં ઘણા ઉપાયો લેવામાં આવ્યા છે તેમાં ખાસ કરીને દૂધની સ્વચ્છતા અને તેની નીરોગી સ્થિતિ વિષે વિશેષ ધ્યાન આપવામાં આવ્યું છે. દૂધ ખાત્રીવાળું—safe and reliable—છે એમ જાણવાને, અને દૂધ સ્વચ્છ છે એમ ખાત્રી કરવાને કેટલીક દૂધની ડીપો ખોલવામાં આવી છે.

૧૮૮૯ માં હેમ્પ્શિર અને ન્યૂયોર્કમાં આવી દૂધની ડીપો ખોલવામાં આવી ત્યારબાદ ૧૮૯૨ માં પેરીસે આવાં પગલાં ભરી. ૧૮૯૯ માં ઇંગ્લંડમાં પણ આવી હોલચાલ થઈ અને ત્યારપછી ઇંગ્લંડમાં ઘણે ઠેકાણે આવી દૂધની ડીપો ખોલવામાં આવી છે. ઇંગ્લંડમાં મ્યુનિસિપાલિટી પોતે આ ડીપોની હેમરેખ રાખે છે, અને તેનો ખર્ચ તે ઉઠાવે છે. દૂધને ગરમ કરીને દર્દના જંતુથી મુક્ત કરવામાં આવે છે અને ત્યારબાદ બહુ સંભાળથી સીંધ કરેલી કાચની બાટલીમાં દૂધ ભરીને તે બાટલીને સીલ કરવામાં આવે છે, અને પછી આ સીલ કરેલી દૂધની બાટલીઓ ગરમ હોટોને ઘણી ઝાઝી કીમતે વેચવામાં આવે છે. ઝોઝા બાવે વેચાણથી થતું નુકસાન મ્યુનિસિપાલિટી ઉપાડી લે છે. ન્યૂયોર્ક અને બીજે ઘણેઠેકાણે દૂધની સ્વચ્છતાનાં પોરણ કરવામાં આવ્યાં છે, અને તે પ્રમાણે તે સરકારીકરો હવે વેચની વખતે સાથે દેખાડવામાં આવે છે.

એ સત્ય છે કે ગાય કે બેંસમાંથી વરતનાં હોઢેલાં તાજાં દૂધમાં દર્દના જંતુ બાગેજ જોવામાં આવે છે. ઘણે ભાગે તો દૂધ સ્વચ્છ જ હોય છે, પણ એમ બને છે કે ઠોરનાં આયજને વળગી રહેલા દર્દના જંતુઓ-આંચળનાં કણમાં દાખલ થાય છે. તેથી દૂધ દોહવાએલા પહેલા ભાગમાં કેટલીક વખતે જંતુઓ માણુમ પડે છે. આ દૂધ કાઢી નાંખવું જોઈએ. પછીના હોઢેલા દૂધમાં જંતુઓ હોતા નથી. હિંદુસ્તાનમાં ગાય અને બેંસ દોહતી વખતે ચરઆતરું દૂધ કાઢી નીખવામાં આવે છે, પણ અજ્ઞાનતાને લીધે એજ દૂધથી આંચળ ફેલાવામાં આવે છે. એવી પણ માન્યતા છે કે જો બાળક માથાનો આંચળ પરમારું દૂધ પીએ તો તે વધારે ક્ષયગ્રસ્ત છે. આ માન્યતામાં રહેલાં કારણો આપણને સ્પષ્ટ રીતે માણુમ પડે છે, કારણકે દૂધમાં જે ગઠાડ થાય છે, જે કચરો પડે છે, જે દર્દના જંતુઓ દાખલ થાય છે તે સર્વે દૂધ દોહવા પછી અને દૂધ પીધા પહેલાંના સમયમાં થાય છે.

આપણામાં સુખવડી ઓછોને તેમજ જળમચાળા પુરોને દૂધ ન આપવાને જે રિવાજ પ્રચલિત છે તે તેની અતારોગ્ય સ્થિતિ ઉપરથી ઉત્પન્ન થયેલ ઠોરનાં દોહ સ્પષ્ટ માણુમ પડે

છે. એમ પણ કહેવાય છે, કે જન્મમવાળાને દૂધ ખાવાપીવા માટે આપવાથી જન્મન પાડે છે. અગાડિના વૈદ્યકશાસ્ત્રીઓ પણ દૂધમાં રહેલા અનારોગ્ય પદાર્થથી તુકસાન થાય છે તે પૂરેપૂરું સમજતા એમ હવે સ્પષ્ટ રીતે જણાય છે. વળી રહવારનું દોષેલું દૂધ ખેપીને ખાવામાં વાપરી શકાય, પણ ત્યારપછી લાંબો વખત થતાં તે ખાવાના કામમાં ન વપરાય એવા વિચારો પણ સામાન્ય રીતે ઉપરનાં કારણને લઈ આપણામાં પ્રચલિત હોય એમ લાગે છે. દૂધ વગેરે સંદેહ રંગની ચીજોને આપણને ખાવાના ઉપયોગમાં આવે છે તે ખુદી રાખવાથી કદાચ તે ઉપર કોઈની નજર પડે અને તેવી નજર પડેલી ચીજ ખાવાથી તુકસાન થાય એવા વિચારથી તેવી ચીજો ખુદી ન રાખવાનો આપણામાં રિવાજ છે. આવા રિવાજો કે વહેમની ઉત્પત્તિ ખુદા દૂધમાં પડતાં દર્દના જંતુઓ, માછકોળ વગેરેને લીધે હશે એમ અનુમાન કરવાને કારણ મળે છે.

દૂધ ખાતી વખતે તેની સાથે કેટલાક બીજા ખાવાના પદાર્થ ખાવાથી પણ વિકાર ઉત્પન્ન થઈ તુકસાન થાય છે એ વાત પણ આપણા જણવામાં છે. દૂધને તેમાં અર્ધ ભાગ અથવા અનુકૂળ પડે તેવા બીજા કોઈ માપમાં પાણી ભેળવીને જ્યાં સુધી તે તેના અસલ માપમાં આવે ત્યાં સુધી ઉકાળીને પછી બાળકોને અને માદા માણસોને ખાવા માટે આપવામાં આવે છે. દૂધને ઉકાળી તેના અસલ માપ કરતાં ઓછું કરવાથી તેની મૂળ જે ઘટતા હોય છે તે ઓછી થઈ તેના પૌષ્ટિક પ્રમાણમાં ફર પડે છે. વળી તેમાં પાણી નાખવાથી પણ તેનો ફેરફાર થાય છે, એટલે કે તેમાં જે પ્રમાણમાં પાણી ભેળવવામાં આવ્યું હોય તે પ્રમાણમાં તેની ઘટતા વગેરેમાં ફેર પડે છે. અને તેટલા માટેજ જેટલું પાણી તેમાં નાંખ્યું હોય તેટલુંજ બાળી નાખવાનું ધોરણ લખ્યું હશે. દૂધમાં જેટલું પાણી નાંખ્યું હોય તેટલું બાળી નાખવાને તેને અમુક વખત સુધી તો ઉકાળવુંજ પડે છે તેથી તેમાં રહેલા સર્વ જંતુઓ મરી જવાનો સંભવ રહે છે, અને તેના પૌષ્ટિક પદાર્થોના અસલ પ્રમાણમાં પણ ફેર પડેલો નથી. ઉકાળેલું દૂધ પણ ચોડા વખત ગયા ત્યાં વિકારવાળું થાય છે એમ પણ માન્યતા છે, કારણકે દૂધમાં રહેતા કેટલાક જંતુઓ ખી (Spores) ની સ્થિતિમાં હોવાથી ગરમી પણ તેની ઉપર જોઈએ તેટલી અસર કરી શકતી નથી. આ જંતુઓ વખત જતાં સામાન્ય રીતે જીવન ધારણ કરે છે અને તુકસાનકારક નીવડે છે. આ વિષયનો હાલના વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓએ બહુ સારી રીતે અભ્યાસ કર્યો છે.

માવનાં ખોરાક અને ચામડીના રંગ ઉપર પણ દુધના પૌષ્ટિક અને વૈદિક ગુણોનો આધાર છે એમ પણ આર્થવૈદ્ય માને છે. વળી એક બીજી વાત ખાસ જણવા જેવી છે તે એ કે આપણું દુધ દોઢવાનું વાસણ (બોર્ડ) નીચેથી પડેાળું અને ઉપરથી હાથ નાંખીને બેરાબર સાફ કરી શકાય તેવા સાંકડા મોઢાવાળું હોય છે. ધરોપ અને અમેરિકામાં દુધ દોઢવાનાં વાસણો પ્રથમ તો ઉપરથી પડેાળાં અને નીચેથી સાંકડાં રાખવામાં આવતાં, પણ હવે ત્યાં પણ એવાં ઉપરથી પડેાળાં વાસણોમાં કચરો અને બેક્ટેરીયા વગેરે જંતુઓ પડવાનો સંભવ વધારે છે એમ લાગવાથી વાસણને સાફ કરવામાં અડચણ ન આવે તેવાં સાંકડા મોઢાવાળાં વાસણ દૂધ દોઢવાના ઉપયોગ માટે વાપરે છે. આપણમાં ચાલતા રિવાજો અને મતનો વિચાર કરતાં એમ તો સ્પષ્ટ માલુમ પડે છે, કે હિંદી બાળોએ પણ દૂધની સ્વચ્છતા અને આરોગ્ય ઉપર બહુ જ ધ્યાન આપ્યું હતું.

દૂધની સ્વચ્છતા અને નીરોગીપણું મેળવવાને ભરવાડ, કાળા, અને દૂધના વેપાર કરનારાઓને દૂધની સ્વચ્છતા તથા નીરોગીપણાની કેટલી જરૂર છે તેના વિચાર આપતા નોંંધએ. જ્યારે આપણે પોતે આપણા ઘરમાં નોંંધતું આરોગ્ય જાળવી શકતા નથી ત્યારે બાપણે આખ્યાયી વરસેનાં વરસેની તેઓની બેદરકાર અને ગંદી ટેવો ભરવાડમાંથી તરતજ સુધારશે એવા વિચાર કરવા તે બહુ આશા ભર્યું નથી; તોપણ કાંઈ કાપદો તેઓની ગંદી ટેવો ઉપર સખત અને સંતત નજર રાખે તો ઘણો ફેર પડવા વડી છે. મને એમ લાગે છે, કે કેટલાક ઇલાજ જનસમૂહના હાથમાં છે, અને તેવા ઇલાજ ઉપર તેઓનો સ્વતંત્ર કાબુ છે. અમને ક્યતા કેટલાક ઇલાજો અને નીચે ટીકીએ છીએ:—

૧. ગૌરસાની સાથે ગૌરસાળા ચલાવી રાકાય તેવી કાંઈ યોજના વિચાર કરી ઉભી કરવી.
૨. જેઓને ત્યાં દૂધનો ખપ સારો છે, તેના કેટલાક સદૃશ્યો મળાને એક ગૌરસાળા કરી શકે; ગમે તો આવી નાની ઘણી ગૌરસાળા કરી રાકાય અથવા એક બે મોટા પાયા ઉપર પથુ કરી રાકાય અને આવી ગૌરસાળા ઉપર નોંંધતા કાબુ રાખી રાકાય.
૩. ભરવાડોને ત્યાંથી પરમાર્થ દૂધ વેચાતું લઇને તેની દરેક કાળજી રાખાને વેચી રાકાય. આ પથુ રસો ઇન્કવા જેવો છે. પથુ ગાય ડોરની સ્થિતિ અને દોહતી વખતે રાખવાની સ્વચ્છતા ઉપર આપણો કાબુ રહેતો નથી. માત્ર દૂધ વેચાતું લીધા પછી તેને વેચવા સુધીની સ્થિતિ ઉપર આપણો કાબુ રહે છે.
૪. ભરવાડ વગેરે જે દૂધ હાલ ઉત્પન્ન કરી વેચે છે તેમ તેઓ સર્વ સાથે મળાને આપણે કોઈ કોઓપરેટીવ કંપની જેવું કરી રાખીએ. અક્ષીમાગ, થાણા અને બેલગામ કોઓપરેટીવ ડેરી સોસાયટીઓ આપણને સારા નમૂના યથા પડશે. એક વખત તેઓના બંધારણનો બારીકાથી અભ્યાસ કરવો નોંંધએ.

સ્વચ્છ અને નીરોગી દૂધ કેમ મળી શકે તે વિષે ઘણી યોજના યથા શકે.

શહેરના આગળ બાગ લેતા સદૃશ્યોએ આ બાબત ઉપર પ્રુપ્ત વિચાર કરીને કાંઈ પથુ નિર્ણય ઉપર આવવું નોંંધએ.

આપણા યુગમાં શહેરમાં દૂધ અને દૂધના વેચાણને લગતા કાપદાઓ કરવામાં આવ્યા છે. તે કાપદાનો શુભતાતી તરજુમો જનસમાજની જાણને વારતે મે હપાવેલ છે. દૂધને મલીન થવાની રીતિઓ અને તેની અટકાવત કરવાની દરજે અને જાહેર પ્રાન્તે તેની દરજા ખળવવામાં સત્તાવાળાઓની નોંંધતી મદદ, એ સર્વેનો પૂરો ચિત્તાર વાંચનારને મળે તેટલા માટે આ લેખ બહાર પાડવામાં આવ્યો છે.

ફરીમજી ખરસેદજી.

## સર્પદંશ અને તેના ઇલાજો.



સપગા જાતના સાપ દંશ કરી શકે છે ખરું જોડી હોતા નથી. ઝેરી અને ઝેર વગરના સાપ ઝોગખવાની મોટી નિશાની એ છે જે ઝેરી સાપને ઉપલા જડમાંમાં સાધારણ દંત હોતા નથી, પણ તેને બદલે બે લાંબી અશ્વીચાળા દાદ હોય છે. બન્ને દાદની સાથે ઝેરની એકેક દામણા હોય છે. તે કામળામાંથી ઝેર એક નાળા નાળે દાદમાં એક ઝીંજા ઝીંજામાં



થઇને બ્યારે સાપ કરડે છે ત્યારે કરડતી વખત શરીરમાં દાખલ થાય છે. જો કોઈ આશામીને આ બે દાંદા બરાબર બેઠી હોય તો આમડી ઉપર બે હિદ્દા આસરે અડધા માંધા આગળને છેડે બેવામાં આવે છે.

સાપને દાંદના દાંડકાને પછવાડે તાળવાના દાંડકામાં દાંતની દાર હોય છે. આ દાંત વડે સાપ તેના શીકારને પકડી શકે છે, અને દબાવી રાખે છે. આ દાંત આવવાના કામમાં આવતા નથી. જે સાપને ઝેરી દાંડ હોતી નથી તે સાપને ઝેરી દાંતની જગ્યાએ સાધારણ દાંતની એક દાર હોય છે અને તેની પછવાડે તાળવામાં પણ દાંતની દાર હોય છે. આ સાપ કરડે છે ત્યારે બે દાંતની નિશાનીને બદલે વધારે નિશાની હોય છે.

સાપ કરડે ત્યારે જોટ્યું ઝેર અષ્ટ્પીઠાર દાઢમાંથી પસાર થઇને ડંખમાં દાખલ થયું હોય તેટલું ચઢે છે. જો થોડા જગ્યામાં ઝેર દાખલ થયું હોય તો તેની અસર થોડી થાય છે. અને જો વધારે જગ્યામાં દાખલ થયું હોય તો તેની અસર વધારે થાય છે. શરીર ઉપર જ્યાં સાપ કરડે છે ત્યાં બળતરા થાય છે, અને સોજો થઇ આવે છે; તે ઉપરાંત સાપના ઝેરની અસર લોહી અને માંસતત્ત્વ-મગજ-ઉપર પણ થાય છે. આ ઉપરથી સમજાશે કે સાપનું ઝેર શરીરમાં ચડતું અટકાવવા માટે નીચે બતાવેલા ત્રણ રસ્તા સૌથી સારા છે:-

૧. ઝેરને લોહીની સાથે મળવા દેવું નહીં. ફરતા લોહી સાથે આ ઝેર મળવાથી અસર વધારે ખરાબ થાય છે.

૨. જે ઠાંઇ ઝેર લોહી સાથે મળી ગયું હોય તે ઝેરને દવાના જોરથી તેડી નાખવું.

૩. જે ભાગમાં સાપ કરડ્યો હોય તે ભાગ ઉપર કાપ દઇને લોહી બહાર વહેવા દેવું.

### સાપ કરડે ત્યારે શું કરવું ?

૧. જેમ બને તેમ ઉત્તરપણથી દાંતારને બોલાવવો.

૨. શરીર ઉપર સાપ ક્યાં કરડ્યો છે તેની તપાસ કરવી.

૩. દાંડ બેઠી હશે તો આખરે અરધા ઈંચને છેડે બે ડંખ માલૂમ પડશે. કોઈક વખતે ડંખ એટલા નાના અને ખારીક હોય છે કે તે જલદી દેખી શકાતા નથી. સાપે કરડેલી જગ્યાએ ઘડું કરીને લોહીનાં એક બે ટીપાં બહાર આવેલાં હોય છે; અને તેથી તેની દાંડ બેઠાની નિશાની જડી આવે છે. જો બે ડંખ અથવા બે લોહીનાં ટીપાં માલૂમ પડે તો જાણવું કે તે ઝેરી સાપનો ડંખ છે. ઝેરી સાપના ડંખ આ પ્રમાણે હોય છે. \* \* પણ જો બેથી વધારે છેદ (ડંખ) માલૂમ પડે તો તે ડંખનાર સાપ ઝેરી નથી એમ સમજવું. તેના ડંખની નિશાની આ પ્રમાણે હોય છે. :

૪. ઝેરી સાપ કરડ્યો છે એમ માલૂમ પડે કે તરતજ ખીજ ઉપાયો કર્યા પહેલાં દાંધે કે પગે સાપ કરડ્યો હોય તો ડંખની જગ્યાના ઉપલા ભાગમાં એક મજબુત પાટો બાંધવો. જો સાપ પગે કરડ્યો હોય તો છુટી ઉપર પાટો બાંધવો. વધારે ઉત્તમ એ છે કે સાપ કરડે કે તરતજ ડંખેલી જગ્યાના બે ત્રણ ઈંચ ઉપરથી એક મજબુત પાટો બાંધી લેવો. આમ કરવાનો સહેલો રસ્તો એ છે કે રૂમાલ, લૂગકાનો કટકો, દોરી વગેરે લીધું બાંધી દેવું, પણ તે રૂમાલ, લૂગકું કે દોરીના ખાલી ભાગમાં લાકડાનો કટકો બરાબરની આમળો દેવો અને પછી તે આમળાને એક દોરીના કટકાથી બાંધી દેવો. બરાબર પાટો આવશે તો ઝેરી ભાગમાંથી ઝેરવાળું લોહી પાટાથી વધારે ઉચું ચડી શકશે નહીં.

૫. જો બની શકે તો આ પાટાની ઉપર ચાક, પાંચ કે છ ઈંચ દૂર બીજા બે ત્રણ પાટા બાંધવા.

૬. જો શરીરના એવા ભાગ ઉપર ડાબું હોય કે જ્યાં પાટો બાંધવાનું બની શકે નહીં તો મહો વતી તે ઝેર ચૂસી ચૂસીને બહાર કાઢવું અને ચુકી નાખવું. જો એના મેદામાં કોઈ ચાંદા જેવું અથવા ધા હોય તેણે આ ઝેર ચૂસવું નહીં.

૭ છરી, અસ્ત્રો, કે તરણીથી કે કાંઈ સાઈ અણીવાળું હથેલી બાર જડી આવે તેનાથી સાપના ડાબની ઉપર સામેના ચિત્રમાં જણાવ્યા પ્રમાણે આકાશ અને ઉભા કાપા આશરે અડધો ઈંચ લાંબા અને ૧-૫-ઈંચ જેટલા ઉંડા કરવા. વળી આ કાપા કર્મ ઉપરાંત ડાબની આસપાસ ચારે પાંચ કાપા પાડવા વધારે સહીસલામત છે. આવા કાપા મૂકતી વખતે ભૂરા સોહીનો નસ કપાય નહીં તે ધ્યાનમાં રાખવું. આ નસ તેના ભૂરા રંગથી તેમજ તેના ઉપસેક દેખાવથી તરતજ માલૂમ પડશે. ધોરી નસ કપાવાનો સંભવ નથી. કાંઈ ઉપર જ્યાં નાડી દેખાય છે ત્યાં તથા છુટી આગળ ધોરી નસ છેક ઉપર આવેલી છે, નહીંતર ધોરી નસ શરીરમાં ઉડી હોય છે.

૮. શરીરના જે ભાગ ઉપર સાપ કરડ્યો હોય તે ભાગને કાપીને શરીરથી છૂટો પાડી શકાય એમ હોય તો તેને કાપી નાંખવો. જો આંગળાએ કરડ્યો હોય તો ડાબની ઉપરથી આંગળી કાપી નાંખવી.

૯. કાપ પાડ્યા પછી તેના ઉંડાથું ભાગ ગરમ કરેલા સોડાના સળાઆથી અથવા ધગ-ધગતા બંગારથી ખાળા દેવો, અથવા તે કાપેલા ભાગ ઉપર કાર્બોલિક એસિડ અથવા નાઇટ્રિક એસિડ નાંખવું, અથવા એક ચમચી પાણીમાં પાંચ ઝેન-પાંચ ઘડ ભાર-પરમેથેનેટ એફ પોટાશની રાતી ભૂકી મેગ્નેસીયમ તે મિશ્રણથી આ ધાને ખૂબ ઘસી ઘસીને ધોવો અને કપડું બોળાને દશ ઉપર મૂકી રાખવું.

૧૦. કોઈ પણ સામાન્ય માણસ સાપ કરડવાના ઇલાજ કરી શકે તેટલા માટે એક લાકડાની નસતરવાળી ડાબી ( સર લેઝર, બ્રન્ટન સેન્સેટ ) વેચવામાં આવે છે. આ ડાબીને એક નાનું નસતર હોય છે જે ઉપર કલા પ્રમાણે કાપા પાડવાના કામમાં આવે છે, અને ડાબીને બીજે છેડે પરમેથેનેટ એફ પોટાશની રાતી ભૂકી હોય છે તેને પાણીમાં ભેળવીને ધા પર લગાડવાની છે, પાણી તરત હાલ્ટર ન હોય તો તે ભૂકી ધા પર ધમવી અને દાખી દેવી. પાણી સાથે ભેળવવાથી તે ધામાં ઉડી ઉતરે છે.

૧૧. સાપ કરડેલી જગ્યાએ ચૂસવું તે સાઈ છે, પણ તેમાં ચૂસનારને ભય રહેલો છે. આગળ કહ્યું છે તે પ્રમાણે ચૂસનારના મેદામાં અથવા હોઠ ઉપર ચાંદુ કે ધા હોય તો તે ચાંદા કે ધા વાટે ઝેરી સોહી શરીરમાં દાખલ થાય છે. આ મુરકેલી દૂર કરવાને ઝેરવાળું સોહી ચૂસવા પહેલાં અને ચૂસ્યા પછી ચોક્કસ પાણીમાં પરમેથેનેટ એફ પોટાશ નાંખીને તે પાણીથી મોં, ખૂબ સાફ કરવું.

૧૨. જો સાપ કરડેલો માણસ બેભાન થવા લાગે, બોલ્યાં આવ્યા વગર પડી રહે, અથવા તેને કલટી થાય અને ચુંગાદુ થાય તો પેટ ઉપર અને છાતી ઉપર રાઇનું પ્લાસ્ટર

મારું અને તેનું શરીર અને પગ ગરમ રાખવાં. ગરમ પાણીના શીસા, ગરમ કરેલી ઈંટ, ગરમ કરેલાં નળાંમાં વગેરેનો ઉપયોગ કરવો.

૧૩. સાપ કરડેલા માણસને હવા પિનાની ઝુપડીમાં ગમ્પો નહીં, પણ ખુટ્ટી દવામાં રાખવો. તેને ચલાવવો નહીં. દરદી દર્શિયાગ રહે તેટલા ગાંઠે નેને ગરમ દવાઓ આપવી. ધાતુખર્ચે તો ધારનીને લીધે તે દરદી બહુ ગમગમ જાય છે. જગ પડે તો થોડે થોડે અંતરે તેને ધાન્ડી અથવા સખત દારૂ આપવો, પણ તે આપવાથી તેને થેન ચરે એવી દદ સુધી આપવો નહીં.

૧૪. જોગ સર્વે ઇલાજો કર્યા પછી જોર ચડ્યાની કાંઈ નિશાનીઓ માલૂમ પડે નહીં તો બાંધેલા પાટા દીલા કરી નાંખવા. લાંબો વખત પાટા બાંધી રાખનાથી કોઈ ફરતું બંધ રહેવાને લીધે તે બાગલ માંસ સુકાઇ થઈ જાય છે. કાપેલા અથવા કપેલા બાગ ઉપર સોજો ચડે તો તેને પોટીસ કે રોક કરવો. બગલામાં અથવા સાંધામાં સોજો ચડે તો ત્યાં પણ રોક અને પોટીસ કરવી.

૧૫. જેની અસરો નરમ પડતી માલૂમ પડે કે તરત જ દરદીને ગરમ દૂધ, કાશી, ચા, વગેરે આપવું.

૧૬. દરદીને ઠીક છે એમ લાગે તો પણ ગાંધીય રહેતું નહીં અને બારથી ચોવીસ કલાક સુધીમાં દાકતરની સલાહ લેવી.

૧૭. નરતર વાપર્યા બાદ ખૂબ ઉકળતા પાણીમાં તેને બેધી આર મિનિટ સુધી રાખવું, પરંતુ ગેનેટની બુધી, થોડા જગ્યામાં ધરમાં રાખી મૂકવી જેથી જરૂર પડે કામ લાગે.

ઉપર બતાવેલા ઇલાજો સાધારણ માણસથી પણ સહેલાઈથી થતી શકે તેવા છે. જે અમલદારોને અગર સહૃદયોને ગામડામાં રહેવાનું કે ફરવાનું હોય તેમજ પોતાની સાથે હમેશાં ઉપર કહેલો સર લોડર બ્રન્ટનો સ્નેક-ગ્રાઈટ લેન્સેટ રાખવો અને જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે હિંમતથી તેનો ઉપયોગ કરવો. આની નાની સરખી ડમી શુ અને કેટલું સાફ કામ કરી શકે છે તે તેઓએ સુખી અને પોલીસ પટેલ કે ગમડાના અમલદારને સમજાવવું. દરેક ગામડાના સ્ક્રીમસ્ટરે આ હથીઆર રાખવું અને તે એમ વાપરવું તે શીખી લેવું. ગામડામાં દર વર્ષે ધણાં માણસો સાપ કરડવાથી મરણ પામે છે, પણ જો આ નરતરની ડમીનો ઉપયોગ કરનારા આવે અને તેનો કેવી રીતે ઉપયોગ કરવો તે ખીજાને શીખવવામાં આવે તો આપણે ધણાં માણસોને મોતમાંથી બચાવી શકીએ. નામદાર ક્રીટિક સરકાર તરફથી આવી ડમીનો ઉપયોગ કરવાનો હુકમ કરવામાં આવના ધણાં માણસોનો જીવ દરેક વરમે બચાવવામાં આવે છે.

સાપ કરડે તેના બીજા ઉપાયો પણ છે અને તેમાંથી કેટલાક વધારે સારા પણ છે પણ સાધારણ માણસ કરી શકે તેવા ઇલાજ માત્ર આ એક જ છે.

કરામતી ખરસેદજી.

# આપણી પોતાની જીવનશક્તિનું મહત્ત્વ અને

## આકર્શક શક્તિની ખીલવણી.

આ દુનિયામાં આપણે પોતે સુખી બનીને, ખીળને સુખ કંઈ થઈ પડવાને સાર, જે સૌથી અગત્યની બાબત છે, તેમાં આપણી જીવનશક્તિનો પણ સમાવેશ થઈ જાય છે. આ દુનિયામાં જન્મ પામીને કાંઈક વધુ ઉપયોગી કાર્ય જનવવાને, તથા જનસમાજ અને દુનિયાને પોતાના ઉપયોગીપણાની વ્યસર પહોંચાડવાને, જેઓ પુરતી બરપુર-જીવનશક્તિ ધરાવતા હોય છે, તેઓજ ક્ષેત્રમંદ થઈ શકે છે.

જેઓએ આ દુનિયામાં મહાભારત અને લોકોંપયોગી ઉમદ 'કાર્ય કર્યા' છે, જેઓએ ધણીક શક્તિઓ મેળવી છે, જેઓએ રાજ્યદારી બાબતમાં ક્ષેત્ર મેળવી છે, હુન્નર ઉદ્યોગ અને વ્યાપારમાં જેઓ આગળ પડતા છે, જેઓ પ્રજાના મોટા સમુદાયને સહાયતા જતાવી તેઓને ખરે રસ્તે દેશવી શકે છે, જેઓ જ્યાં પણ જાય છે ત્યાં હંમેશા આનંદ અને ઉત્સાહનો પ્રવાહ પોતાની આસપાસ જનમંડળમાં ફેલાવી શકે છે, તેઓની ખારીક તપાસ કરવાથી માલુમ પડશે કે તેઓ ખીળ સાધારણ મનુષ્ય કરતાં કાંઈક વિશેષ શક્તિ ધરાવે છે. અને તે વિશેષ શક્તિને જુદા જુદા નામથી ઓળખવામાં આવે છે.

કોઈ તેને આકર્શક શક્તિ Personal magnetism કહે છે. કોઈ આકર્શક જીવન શક્તિ Magnetic Vitality નું નામ આપે છે. ધણીક વિચારશક્તિ અથવા ઇચ્છા શક્તિ યાને મનોબળ તરીકે તે શક્તિને ઓળખે છે. પરંતુ નામના જુદા જુદા પ્રકાર અને તેના ખારીક ભેદ તથા સ્વરૂપાંતર વિષે અને વધુ જગા નહિ' શકતાં, જે જીવનશક્તિનું મહત્ત્વ તથા તેની ખીલવણી વિષે વિચાર કરીશું.

આપણે દરદેશના વ્યવહારિક અનુભવથી જોઈ શકાય છે, જેઓ આનંદી, ઉત્સાહી, સારી આશા રાખનારા, સારા પારજીવ આપવાનું ધારનારા, વિવેકબુદ્ધિથી કાર્ય કરનારા, પ્રકાશીત અને માયાળુ દેખાવના અને બરપુર તન અને મનનું બળ ધરાવનારા, યાને ખીળ શબ્દોમાં બરપુર જીવનશક્તિથી ઉભરાઈ જતા મનુષ્ય તરફ લોકો હંમેશા ખેંચાઈ આવે છે. અને તેઓ જે કાંઈ કહે છે તે તરફ ધ્યાનપૂર્વક શ્રદ્ધા આપે છે, તેઓ જે કારણ અને બાબત અગ્રગણ ધરે છે તે લોકો સંભળે છે. પણ એથી ઉધડું જેઓ ઉદાસીનતા, દેખાવના, દીલગીરીભર્યા ચહેરાના, અચેતન, સુરત સ્વભાવતા, મુખ્ય' હેતુ અને નિયમમાં વિશ્લેષતા ધરાવનાર વિચિત્ર ગણાતા માણસ તરફ લોક ખેંદરકાર રહે છે. તેવા જીવનશક્તિ કમી ધરાવનાર માણસના શબ્દો ઉપર લોક વજન મુકતા નથી. તેવા મનુષ્ય તરફ લોકોનું ખેંચાણ થતું નથી.

આ ઉપરથી આકર્શક શક્તિ યાને જીવનશક્તિ પુરતા જરૂરી જગ્યામાં હોવાનું મહત્ત્વ દેટલું બંધું છે તે તુરત જણાઈ આવશે. કોઈપણ મહત્ત્વના ઉપયોગી કાર્યમાં ક્ષેત્રમંદ થવાનો મુખ્ય આધાર તેના ઉપર છે. જેઓ પુરતી જીવનશક્તિ ધરાવે છે, તેઓજ પોતાના સદ્ વિચારોનો ફેલાવો જનસમાજમાં કરી શકે છે. મતલબકે પોતે સુખી બને છે અને ખીળજોને સુખી થવાનો સન્માન જતાવી શકે છે; અને પોતાની જીવનશક્તિ ઉપયોગી થઈ

પરે એવી રીતે શુભંદવાને શક્તિમાન બને છે. હવે કુદરતી રીતે સવાલ ઉઠશે કે આવી બરપુર જીવનશક્તિ આપણે શી રીતે સંપાદન કરી શકીએ. ખરેખર ધણાં મનુષ્યોમાં આ શક્તિ કુદરતી રીતેજ બરપુર હોય છે. તેઓ તન-મનની ઉમદા શક્તિઓ ધરાવે છે. વળી ધણાં માણસોએ તે જાતિ પ્રયાસથી કેળવીને મેળવેલી હોય છે. અને દરેક મનુષ્ય જો પોતાના મન ઉપર શ્રે અને દ્રઢતા પૂરેક પ્રયત્ન ચાલુ રાખે તો, પોતાનામાં બરપુર જીવનશક્તિનો જાણી ભરી શકે. યાને ખીજ શબ્દોમાં નીરાગી, સશક્ત શરીર અને મન સાથે ઉમદા સદ્ગુણો તથા વર્તનના જોડાણથી મળતા સુખનો લાભ લઈ શકે.

પ્રાણશક્તિ યાને આકર્ષક જીવનશક્તિ, મુખ્ય કરીને ચાર વસ્તુઓ ઉપર આધાર રાખે છે. તદુરસ્તી, બળ, માયા, અને કહાપણ, આ ગુણોની ખીલવણી જીંદગીની દરેક હાલત અને તમકે ધરાયી એક પ્રકારનું સ્વરક્ષક વાતાવરણ માને ખોરેહ મનુષ્યની આજીવન જીવન ચાલુ છે. જે તે મનુષ્યને એક પ્રકારનું વિલક્ષણ બળ આપીને તેની જીંદગી પ્રકાશીત અને - અને ઉપયોગી તથા જીવનશક્તિથી બરપુર બનાવે છે.

તદુરસ્તી વિના મોઠક અને આકર્ષક જીવનશક્તિ હોતી નથી. નમળા, અજીજી નિકારથી પીડાતાં, નાદરસ્ત તખીયત ધરાવનારાં મનુષ્યની આસપાસ ઉઠાસી બરેહું વાતાવરણ હોય છે. જે ખીજાઓને ખુશકારક અને આકર્ષક થઈ પડતું નથી. કુદરતી રીતે તેવા નમળાં અને નાદરસ્ત તખીયત ધરાવનારાં મનુષ્યોનાં સબંધમાં આવતા આપણને લાગે છે કે આપણી પોતાની જીવનશક્તિનું બધારણ વિંખરાવા પામે છે. અને એવા નમળા મનુષ્યો વચ્ચે સગપણની ગાંઠ અને રેહબાવ આપણને હોવા છતાં તેવી અસર આપણને આપી-આપ થાય છે. જ્યારે આપણને કોઈ બરપુર જીવનશક્તિ ધરાવનાર અને પુર તદુરસ્ત માણસના સગમમાં આવવાથી એવું લાગે છે કે, તે માણસમાંથી ઉમરાતું બળ અને જીવનશક્તિ - આપણામાં પણ દાખલ થતું હોય એટલે તેના માણસના સબંધથી આપણને કુદરતી સાઈ લાગે છે. તેટલા માટે આપણે તદુરસ્ત બનવું અને આપણી તદુરસ્તી સુધારવી એ કામ ધણુંજ મહત્વનું છે. અને તે કામ આપણી ધાર્મિક ફરજ બળવવા જેવું છે. એટલુંજ નહિ પણ આપણે પોતે આરોગ્ય સંરક્ષણના નિયમો જાણી તેનું પાલન કરી, તદુરસ્ત અને મજ-મુત જીવનશક્તિ ધરાવવી અને જેઓ નમળાં તથા નાદરસ્ત માદા હોય, તેઓમાં આરોગ્ય સંરક્ષણનું જ્ઞાન ફેલાવવું, તથા તેઓ તદુરસ્ત અને મજમુત બને તે અર્થ તેમને મદદગાર દરેક રીતે થઈ પડવું, એ આપણા મનુષ્ય બધુઓને ખરી રીતની મદદ કરવા જેવું છે.

ખુદ્દલી હવામાં પુરતી ઠસરત લેનો, હવાની અવરજવર વિનાના યાને ખુદ્દની તાજી હવા તથા પ્રકાશ આવવા પામે નહિ એના ગઢેકાણો તથા મકાનો તજવા, લાગા ઉઠા અને દીર્ઘ શ્વાસોચ્છાસ લેવા, યાને ઉઠા દમ લેવા, જેથી આપણી આસપાસના વાતાવરણમાંથી જીવન શક્તિનો પ્રવાહ વધુ પ્રમાણમાં મેળવી શકાય. એ પ્રમાણેના વર્તનથી આકર્ષક જીવનશક્તિ આપણી વધવા પામે છે. કુદરતી ગંધા બાદવા કે તખ્યા વિનાનો ખોગક જેવો કે ફળ, ફળાદિ, જે સ્થાને તાપથી પાકેલાં હોય છે, અને જેમાં જીવનશક્તિ વધુ પ્રમાણમાં હોય છે તેનો ખોરાકમાં વધુ ઉપયોગ કરવાથી પણ આપણી જીવનશક્તિમાં વધારો થવા પામે છે. પણ રાધિતા અને તબેલા ખોરાકમાં જીવનશક્તિનું પ્રમાણ ઘણું કમી હોય છે. માંસનો ખોરાક મોટે ભાગે રોગજનક જાતુઓનો મોટો ભાગ ધરાવે છે અને જીવનશક્તિ રેખાની નાશ પામેલી હોય છે.

કરવાની, ખરું તાત્પર્ય ખેંચી શકવાની શક્તિઓ ખીલવતી જોઈએ—જે પ્રમાણે કસરતથી આપણું શરીર ખીલતી શકાય છે તે પ્રમાણે ડહાપણની. ખીલવણી પણ ખરેખરી રીતે કરવાથી આપણી પોતાની ખીલવણી વા ઉન્નતિ શારીરિક, માનસિક, અને આત્મિક ત્રણ પ્રકારની થાય છે.

સારાંશ કે આકર્ષક શક્તિ એ જીદગી છે. અને જેઓ પોતાની શારીરિક, માનસિક, નૈતિક અને આધ્યાત્મિક જીદગી ધણે બાળે ઉત્તમ પ્રકારની બનાવે છે તેઓ ધણા આકર્ષક સ્વરૂપના હોય છે, ધણી મિત્રાચારી મેળની શકે છે અને આ દુનિયામાં જન્મ લઈ ધણું ઉપયોગી અને મહત્વનું કાર્ય બજાવી શકે છે. જેઓ નમ્રતા અને યોગ્ય જીવનશક્તિ ધરાવનારાં હોય છે તેઓ યોગ્ય આકર્ષણ બળ ધરાવે છે. તેઓ ઉત્સાહ વિનાના થઈ શકતાં છે. સાધારણ રીતે તેઓની બધી શક્તિઓ કમી હોવાથી તેઓ બીજાઓ તરફ પોતાની સંપૂર્ણ સહાનુભૂતી કે મદદ દાખવી શકતા નથી. જેઓ સંપૂર્ણ અને ભરપૂર જીવનશક્તિ ધરાવે છે તેઓ જ પોતાની જીદગીમાં બીજાઓને મદદગાર થઈ પડે છે. આપણે આપણી બધી શક્તિઓને કેળવીને આપણી જીવનશક્તિનો વધારો કરી બીજાઓ તરફ મહોબત દર્શાવવા સહાનુભૂતી દર્શાવીએ નહિ તો આપણા તરફ પણ કોઈ તેમ કરે નહિ.

તેટલા માટે આપણે આપણું આરોગ્ય સુધારી, આપણી બધી શક્તિઓને મજબૂત બનાવી, આપણે માયાણુ પ્રેમી બની, ઉચા પ્રકારના વિચારો ધરાવવા જોઈએ; અને દરરોજ જના વિચાર અને વર્તનમાં તેનો અમલ કરવો જોઈએ.

આ પ્રમાણે દરેક મનુષ્ય પોતાની જીદગી સુધારી કેળવીને ઉપયોગી બનનારી કારીગર તરીકે રાખે તો દુનિયામાં સુસેદ શાંતિ આબાદી પથરાઈ જાય. આપણે પૈસા મેળવવાને જ માટે આખો વખત શુભાવીએ છીએ અને આપણી બધી શક્તિઓનો ભોગ આપવાનું માણી રાખીએ છીએ. પરંતુ દોલત કરતાં તંદુરસ્તી વધુ ચઢીઆતી છે એમ આપણે જાણવું જોઈએ. તંદુરસ્તી મેળવી આપણી માનસિક, નૈતિક અને આત્મિક શક્તિઓને કેળવી ઉત્તમ પ્રકારની બનાવવી જોઈએ. તેમ કરી આ-મનસકમ તથા જાતિભોગનો સદ્ગુણ ખીલવી આપણા મનુષ્ય જીવો તરફ સહાનુભૂતી તથા મદદનો હાથ લંબાવવો. અને તેમની જીદગીમાં આનંદ અને સુખ શાંતિનો વધારો થઈ દુઃખદરદ, દિલગીરીનો ઘટાડો થાય એવો પ્રયાસ કરતા રહેવું.

હાલના સુધરેલા ગણતા જમાનામાં ધણે બાળે પ્રજાના મોટા ભાગમાં અજ્ઞાન પ્રસરેલું છે. આરોગ્યસંરક્ષણના નિયમોના પાલનને ભોળે નકામા, તુકસાનકારક ધરેમો અને રિવાજોને વળગી રહેવામાં આવે છે. તરેહવાર પ્રકારનો દુઃખ દરો તથા ચેપી રોગ વધતા જાય છે, તે જાણવું થઈ ગયું છે. તરેહવાર પ્રકારના હદ બહાર ખર્ચાણુ અને પાછળથી તુકસાનકારક અને નિર્જાતા લાવનાર ઝેરી, માદક, દાદક દવા-દારના ઇલાજો તથા હરેક અને દરેક નાના મોટા બ્યાધિમાં વંદાકાપના એકમનો ઉપયોગ, અને રમીઓ મેલવાનું રમખાણુ. પુર બહારમાં પ્રસરી રહ્યું છે. એ બધા ઉપાયો તથા હીલચાલ પરિણામે કાર્ય-સાધક તથા દુઃખ દર જાણવું માટે નિર્મૂળ કરે તેમ નથી. પણ તાત્કાલિક દુઃખ દર દવાની દેવાની કોશીયનું પરિણામ સાદ આજુ નથી.

આપણે હાલમાં વિદ્યા-વિજ્ઞાનની રાશની મેળવીએ છીએ. આપણી વિચારશક્તિ તથા અજ્ઞાનશક્તિ ખીલવીને આપણે પોતે આરોગ્ય સંરક્ષણના નિયમો જાણી, તેનું પાલન કરી

આપણી સારીરિક, માનસિક, નૈતિક, આત્મિક શક્તિઓનું બળ ઉપર જણાવેલા ઉપાયોથી વધારણું જોઈએ. તેથી આ દુન્યામાં સુખ શાંતિનો ફેલાવો વધારી દુઃખ દરદોનો ઘટાડો કરવામાં આપણે આપણો જરૂરી હિસ્સો આપી ચકીરુ.

કોઈ પણ ઉપયોગી અને કાર્યસાધક હેતુ અમલમાં મુકવાની ઉત્તમ ધારણા રાખીને પોતાનું કાર્ય પોતાના અંતઃકરણના અવાજને અનુસરીને કરવાનું જરૂરી રાખવું. પોતે પોતાના ખરા અંતઃકરણથી સ્વીકારેલી ખરી બાબત અને ખરા નિયમને ગમે એવી બીજાઓની વિરુદ્ધતા વચ્ચે છોડી દેવાની નબળાઈ રાખવી નહિ જોઈએ. કારણ ધણું મનુષ્યો અસાન-ને સમગ્રે અથવા વિચારશક્તિ કમી હોવાથી, કે પ્રમાણિક મતે ફરી વા સ્વાર્થીપણાથી દોરવાઈ કાર્ય કરે છે.\*

## નિવાનસિંધુ.

લેખક:-તંત્રી.  
(સ્થાવર એર.)

સામાન્ય ઉપચાર એવના.

૧. અણીણ વગેરેનું ઝંઘર ઉતારવા સાર અરીઠાનું નીતર પાણી ર. ૧૧૧'માર સુધી પાવાથી ઉલટી થઈ ઝંઘર ઉતરે છે.

૨. અરીઠાના કળને પાણીમા ધસી આંખમાં આંજવાથી ઝંઘર ઉતરે છે.

૩. એરઠાના પાંદડાનો તાલો રસ પાવાથી ઉલટી થઈ ઝંઘર ઉતરે છે.

૪. વાંઝણી કોકોડીના મૂળને વાડી તેનો કંક ફરી ધી નાંખી પીવાથી દરેક જાતના સ્થાવર અને જંગમ ઝંઘર દૂર થાય છે.

૫. વારંવાર ધી પાવાથી ઉલટી થઈ સ્થાવર ઝંઘરો ઉતરે છે-આ ઉપાય અમુલ્ય છે.

૬. તાંદલનનો રસ પીવાથી સારી અસર થાય છે.

૭. પટોળાનો કાઠો પીવાથી ઉલટી થઈ ઝંઘર ઉતરે છે.

૮. માલકાંકણના પાનનો રસ પાવાથી અણીણનું ઝંઘર ઉતરે છે.

૯. લીમડાના પાનને વાડી રસ કાઢી પાવાથી ઝંઘર ઉપર સારી અસર થાય છે.

૧૦. વડ, આમે, પીપળો, પીપર, પારસપીપળો, ઉમરો, લીમજ ઘોળો અને રાતો શોદર, જેડીમથ તથા જોરડીની છાલનો ઉકાળો પીવાથી વિષગ્રાપ મટે છે.

૧૧. રતનજોતના પાનનો રસ શક્તિ પ્રમાણે પાવાથી બે કલાકમાં કોદરા મીણીમા પાવાથી ચઢેલો મીણો ઉતરી સાર થાય છે.

૧૨. તમાકુ ખાવાથી કિંવા પીવાથી ચઢેલું ઝંઘર (અપકાર) અથવા બાળક ખાવાથી થતી ઉલટી વગેરે પર ઘોળા કાંદાનો રસ ને ન મળે તો લાલ કાંદા (કુમળીનો કંદ) નો રસ પાવાથી તુરત કાયદો થાય છે.

૧૩. હુરા કોળાનો રસ કાઢો તેમાં જોળ નાંખી પીવાથી કાઠરાનો મીણો ઉતરે છે. આ દવા દોરને પણ પાવા દરકત નથી.

૧૪. ધંતુરાતું ઝંઢેર ઉતારવા સારું દહીં અવરાવતું કિંવા લીંચુના રસમાં નીળીતું મૂળ ઘસી આપતું તેનાથી તુરિત ગુણુ આપશે. નીળીતું ઝાડ વરસાદની ઋતુમાં થાય છે. જે હાથ સુધી ઉંચું હોય છે આ ઝાડને જગોળગે ગાંઠો હોય છે. ફુલ આરીકે કાળા આવે છે.

૧૫. નીળીતું ઝાડ ચામાસામાં થાય છે જે હાથ ઉંચાણતું હોય છે તે વેલા માદક પ્રસરે છે જગોળગ તેને ગાંઠો હોય છે ફુલ આશમાની રંગનાં થાય છે રસકપુર કુટી નીકળતું હોય તો તેનો ઉતાર નીળીતું મૂળ અને મેરી વાટી છ માસા મધમાં ચાટવાથી સારો ગુણુ આપે છે.

૧૬. નીર્ગ્યસની માણસને કેદ કરવાનો પ્રસંગ આવે તો કેદ ન ચડવા માટે એવી ચીજ લેતાં પૂર્વે નવટાંકથી પાશેર સુધી ઘી પીધા પછી તે ચીજ ખાવી.

૧૭. જે માણસ તમાકુ કિંવા મશાકુ પીએ છે. તેની છાતીમાં તમાકુનો મળં ભેગો થાય છે, અને તેનાથી ઉધરસ વગેરે થાય છે. તે ઉપર દર વરસે ચાર પાંચ વખત ચીમડાં પાકાં ખાવાથી છાતીનો મળ જોગળી જાય છે. આ પ્રયોગનાં અજમાયશ એવી હોય તો તમાકુ પીવાની ચલમ કે દુદાનો મેર કે દુદાની નેદમાં ચીમડાનો ગર ભરી રાત્રે રાખ્યો હોય તો તેમાંનો ગલ સવારે જોગળી જઈ સારું થાય છે.

૧૮. વેણુનાં ફુલ (કપાસના ઝાડનાં ફુલ) પાણીમાં ઉકાળી પાવાથી ધંતુરાતું ઝંઢેર ઉતરે છે.

૧૯. મીઠું ખાવાથી કે પાવાથી ધંતુરાતું વિપ ઉતરે.

૨૦. વંસાકનાં ખીજનો રસ એક પગ વજનનો પીવાથી ધંતુરાતું ઝંઢેર ઉતરે અથવા વંસાકનાં ખીજ એક પગ પાણી સાથે લેવાથી ધંતુરાતું ઝંઢેર ઉતરે.

૨૧. દુધ અને નવા કપાડીયા ઉકાળીને પાવાથી ધંતુરાતું વિપ ઉતરે છે.

૨૨. કમળાકાકીનો કાઠો પાનો અને ઉતું ઘી કરી પાવાથી એરકબોળાતું વિપ ઉતરે છે.

૨૩. ઉતું ઘી કરી પાક ઉલટી કરાવવાથી ઝંઢેર માન ઉતરે છે.

### અંદીણતું એર.

૨૪. માલકાંદણીનાં કુમળાં પાનનો રસ પાણી નાંખ્યા સિવાયનો ચાર તોલા સુધી સક્રિય પ્રમાણે પાવાથી અંદીણતું ઝંઢેર ઉતરે છે. એક વાર પાવાથી ન ઉતરે તો બીજી વાર થોડા સાથે તેટલો રસ પાવો.

૨૫. સરખાણાતું મૂળ પાણીમાં ઘસી પાવાથી અંદીણતું વિપ ઉતરે છે.

૨૬. ઘી સાથે સુંઠ ને ભાંગેરા પાવાથી અંદીણતું વિપ ઉતરે છે.

૨૭. વન તથા હાંમ છાંય સાથે પાતા અંદીણતું વિપ ઉતરે છે.

મોટી રીંગણીનાં પાનનો રસ દુધ સાથે પીતાં વિપ ઉતરે છે.

૨૮. મીઠું મુળાખીજ મધ સવા એને કાંઠો કરી પાવાથી ઉલટી થઈ અંદીણતું ઝંઢેર ઉતરે છે.



૩૦. અરીથુનું બ્યસન સુકાવવાનો ઉપાય-વજનાગ અને ઝંડેરકચોલા એ બન્નેને બે દિવસ ગાવના મૂઝમાં પલાળી રાખવાં. વજનાગના કડકા સોપારી જેવડા કરી પલાળવા, ઝંડેરકચોલામાંથી જીનો પવળ્યા પછી કાઢી નાંખી પછી સુકવવાં. ઝંડેરકચોલાને ધીમાં તળી કોપકા જેવાં કરવાં. પછી તે બન્ને થઈ આઠ તોલાનું બારીક ચૂર્ણ કરવું તેમાં કેસર બ્ય-ફળ ગોળીઓ-એ વટતા પ્રમાણમાં નાંખવું અને તેની સાથે બે તોલા કરમાંથી અઝમો નાંખવો. સર્વ ધુટી તાડમૂળનો રસ નાંખવો તેમાં એક દિવસ પકવ કરવો પછી તેની ગોળીઓ કરવી. તે ગોળીમાંથી અરીથુના માવા જેટલી ગોળી આપવી અને અરીથુ તે દિવસે પંદર આની આપવું એટલે એક ભાગ કમી આપવો. બીજા દિવસે એક ભાગ ચોછો કરી ચાઠ આની આપવું અને ઝંડેરકચોલા વગેરેની ગોળી છોડી દીવેના ભાગમાં બમણી આપવી. અને માવા જેટલી ચાલતી આપવી એટલે જેટલું જેટલું અરીથુ ગુકામ તેથી બમણી ગોળી આપવી એમ કરતાં છેલ્લે દિવસે અરીથુના માવા જેટલી પેત્રી ગોળા અને મુકેલા અરીથુના બદલામાં માવાથી બમણી ગોળી થશે તે પશુ થોડે થોડે ઉતરવી અને તેના ઉપર ધી દુધનું ચેવન રાખવું એટલે અરીથુ સુકવા કશું નહીં પડે.

### લીલામાનું વિપ શરીરે ઉડતું.

- ૧ કુવાડીયાના પાનનો રસ શરીરે ચોપડવાથી બીલામનું ઉડતું હોય તો તે મટી બધ છે.
- ૨ બકરીનું દૂધ, તલ અને માંખણ એ તમામને મિશ્ર કરી લેપ કરવાથી લીલામાનું વિપ ઉડવાથી ચએશો શેત્તે મટે છે.
- ૩ ટોપર ખાવાથી અને ટોપરાનું તેજ લગાડવાથી લીલામાનું વિપ ઉતરે છે.
- ૪ આંખાલીનાં પાનનો રસ ચોપડવાથી લીલામાનું વિપ ઉતરે છે.
- ૫ ગરમાલાના પાનનો રસ એક બે વખત ચોપડી તેના ઉપર દૂધની મલછ (દૂધ ઉપરનીતર ઉતું કરતાં આવે છે તે) ઉપર ચોપડવાથી મટે છે.
- ૬ કોપર ઘસી ચોપડવાથી લીલામાનું વિપ મટે છે.
- ૭ કોપરેલ તેલમાં રનાં પેલ પલાળી ઉપર સુકવાથી લીલામાનું વિપ ઉતરે છે.
- ૮ રાસદગદર, સરસવ, મોય એવું ગરમાલ ચૂર્ણ કરી ગાખજીમાં ધુટી ચોપડવાથી લીલામા ઉડેલાનો નિકાર મટે છે.
- ૯ માંખણ, તલ અને દૂધ એને બારીક ધુટી લેપ કરવાથી બીલામાં ઉડેલાં મટે છે.
- ૧૦ ખાંડ ને ધીતો લેપ કરવાથી બીલામાં ઉડેલાં મટે છે.
- ૧૧ સાકર તથા લોચનો રસ પીવાથી અને આમળ (પાની)ના પાનનો રસ શરીરે નંદન કરવાથી બીલામાનું ઝંડેર મટે છે.
- ૧૨ કોપર ખાવાથી કોપરેલ તેજ પીવાથી અને ધી કાથાનું ચેવન કરવાથી લીલામા આધાતું વિપ ઉતરે છે.

### ભાંગનું તથા ગાંબનું વિપ.

- ૧ ગાવના દૂધમાં સુંકતું ચૂર્ણ પાવાથી ભાંગનો નીનો ઉતરે છે.
- ૨ કપાસનાં કાલાનો કવાથ કરી પીપર નાંખી પાવાથી અને ધી ઉતું ફરી પીવાથી ભાંગ મીંચતું ઝંડેર ઉતરે છે.

## વજનાગતું ઝહેર.

૧ ઉમરાની છાલનો રસ ધી સાથે ઉનો કરી પીવાથી વજનાગતું ઝહેર ઉતરે છે.  
૨ ગંજુશની અંતરછાલનો નવદાંક રસ કાઢી તેને કાંછમાં મેળવી પાવો. કાંછ પણ રસ નેટલીજ લેવી. તેથી વજનાગતું ઝહેર ઉતરે છે.

## સોમલતું ઝેર.

૧ ઉમરાની છાલનો રસ ધી સાથે ગરમ કરી પીવામાં આવેથી સોમલતું ઝહેર ઉતરે છે.  
૨ કેળનો રસ પાવાથી સોમલતું ઝહેર ઉતરે છે.  
૩ સાકર સાથે તાજળામનો રસ પીવાથી સોમલ પાધેવાનું વિષ ઉતરે છે.  
૪ લીંબુ ચુસવાથી અથવા લીંબુનો રસ પાણી સાકર મેળવી પીવાથી સોમલતું ઝહેર ઉતરે છે.

૫ મધ અને અંછર પાણીમાં ઉકાળીને તેનો કાઢો પાવાથી ઉલટી થઇ ઝહેર ઉતરે છે.  
૬ પહેલાં વાન્તિ (ઉલટી) કરાવી પાછું દઢાવવું પછી સાચરમોગાની ખાખ ચોખાભાર તથા સારાં મોતી ખરેલાં એક ચોખાપુર એ બંને દૂધ શેર એ તથા ધી ન શેર ભેગાંને પાવું ફરી ચાર ઘડી પછી ઉવટી કરાવવી. અને ફરી એ પ્રમાણે પાવું તો તેથી આશ્મ થાય છે. દૂધ ધી પાવું તેથી ઉલટી ન થાય તો ખીચ રીતે ઉલટી કરાવવી.

## (જંગમ ઝહેર.)

### સામાન્ય ઉપચાર.

૧ ઝહેરી દંખ ઉપર ચરીકાતું શીણ સીરકા સાથે ચોપકવાથી સારો શુભ કરે છે.  
૨ જંગમ ઝહેર હિતારવા સારું ચરીકાતું નીવર્યું પાણી ૪. ૧૫ ભાર સુધી પીવાથી ઝહેર ઉતરે છે.  
૩ ચરીકાના ઢળતે પાણીમાં ઘસી આંગવાથી ઝહેર ઉતરે છે.  
૪ ચોકાના બીજને વાટી ઉકાળી પાવાથી બધાં જાનવરનાં ઝહેર ઉતરે છે.  
૫ વાંઝણી કંકોડીના ગળને વાટી તેનો કલક કરી ધી સાથે લેવાથી રજાવર અને જંગમ બધાં ઝહેર ઉતરે છે.

૬ પંડોગનો કાંપ પીવાથી ઉવટી થઇ ઝહેર ઉતરે છે.  
૭ લીમડાના પાન નાટી રસ કાઢી પાવાથી ઝહેર ઉપર સારી અસર થાય છે.  
૮ મીઠા લીમડાના પાનને મીઠા પાણીમાં ઘસી ડેરી જાનવરના ઉપર પોટીસ કરી પાધવાથી ઝહેર ઉતરે છે.  
૯ વડ આંખો પીવડે ઉમરા પારસીપળો હીમજ ધોળો અને રાતો ભોર નેટીમધ અને ખોરડીની છાલ ઉકાળી પીવાથી સધળા વિષદોષો મરે છે.

૧૦ કુકરેલા ને મીઠા રોટલા જેવથાં લંબાઇ પડોળાઇમાં હોય છે તે ચોખાસામાં વાટી થાય છે તે સુકાપા પડો નીચેનું કીકું નીચળા નાઈ દાંડુ પડે છે તે દઢાં બદુ હોય છે. તેની ઉપરની છાલ તથા અંદરનાં બીજ કાઢી નાંખી માત્ર બગી અંદરની લેવી તેને એક ઘડી સુધી પાનેર પાણીમાં પકાળી રાખી તેમાંનું પાણી રોગીની રક્તિ પ્રમાણે પાવાથી ઉલટી કાઢો મધ વિષ ઉતરે છે. સર્વ ઝહેરોપર આ ઉપચાર બીજો ખરા હલકા મુજબ નથી કરવા હરેત નથી.

૧૧ કોઠમહાના પાનના રસમાં અથવા કાળી તુળસીના પાનના રસમાં સચુદ્ધેષ ૭ માસા સુધી ઓગાળી મુગારે નવટાંકે રસ પાવે. એ પ્રમાણે કલાકે કલાકે સાત આઠ વખત આપતા રક્ષાથી સર્પ દાંદર ( સાપ જેવું જાનવર ) વગેરેનું વિષ વમન થઈ બહાર નીકળી ગુણ થાય છે. ઉતાર થી બાત.

૧૨ અરીઠાને પાણીમાં ચોળી તે પાણી અને શીશુ લેવું અને વિષ ચઢેલા કોવા વાયુથી મસ્તકમાં જડવ થઈ બાપારશ્ચર્ય થએલા માણસને આંખમાં અંજન કરવું. આ અંજનથી સર્પનું વિષ પથ્થુ ઉતરે છે. વળી અરીઠાના પાનનો રસ કાઢી સર્પનું થએલા માણસને તાળવે અને સર્વાંગે ચોળતા રહેવું તો વિષથી બેશુદ્ધ થએલું માણસ હુશીયાર થશે. જે માણસને આ અંજન કર્યું હશે. તેની આંખો લાલ લોહી જેવી થશે. માટે વારંવાર ડોળા ઉપર ગાયનું માખણ મુક્યા કરવું એટલે બે દિવસમાં પૂરે પ્રમાણે આંખ થશે.

૧૩ એક તોણે નેપાળાના બીજમાંથી જીમો કાઢી તેની દાળ લેવી. તેમાં એક તોણે મળી મેળવી તેને એકવ કરી લીંબુ રસમાં ખસ કરવો. દસ દિવસ ખસ કરવો તે લીંબુના દસ પુટ આપતા. પછી ખસ કરતાં સુકાએથી ખાટવીમાં બરી રાખવું. તેનું અંજન આંખમાં કરવાથી સર્પ જાતનાં વિષ ઉતરે છે એમ એક મુસલમાની જીના ઘંઘમાં લખ્યું છે. આ અંજન કરવા પછી સતત ત્રણ રોજ સુધી વારંવાર આંખમાં માંખણ ગાયનું આંગતા રહેવું બેઝઓ.

૧૪ હકાયા શીયાળનું ઝંકેર ઉતારવા કુતરાના યુળીયા દાંત અને કપાળની કરડી-નું હાકકું પાણીમાં ઘસી પાવું.

૧૫ ખજુરીયા સુરચુના ઝાડનાં પાન ખરી ગયા પછી તેના ઉપર મકાઈડોશ સરખું રાખે દાણાવાળું થાય છે તેની રાખ કરી તેલમાં ખલી ભગવાથી લુતા દોષ મરે છે.

### જંગમ વિષ.

#### ( જળોના ડંખ )

૧ જળોના ડંખનું વહેતું લોહી ખંધ કરવા માટે આવળના શુંદરનો બુકો દાખવાથી સરસ ફાયદો થાય છે.

૨ જળોના ડંખ ઉપર લીમશની પોટીમ મારવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ જળો વળગેલી છુટતી ન હોય તો હળદર વાટેલી બમરાવવાથી તરત છુટી જાય છે.

૪ પાણી પીતાં જળો ફેર કે માણસને ગળામાં વળગી હોય તો તે છોડાવવા માટે હળદરનું પાણી કરી પાવાથી તુરત છુટી જાય છે તેમજ પેટમાં મરી જાય છે.

### જંગમ ઝંહેર.

#### ગરોળીનું વિષ.

૧ કકોડી વાંઝણીના કંઠને પાણીમાં ઉઘાળી પીવાથી ગરોળીનું વિષ ઉતરે છે.

૨ કકોડીના કંઠનો રસ કાઢી પાવાથી, કિંવા તે કંઠને સુખડ માફક ઘસી પાણીમાં તે સાત દિવસ સુધી પાવાથી, ગરોળીનું વિષ મરે છે. તેના ઉપર પથ્થ-તુવરની દાળ ખાત થી અને તાંદળજાની બાજી ખાવી.

૩ ગીરોળીનો ગર ખાધામાં આવે તેના ઉતારની દવા—પાનમાં ખાંવાનો ફાયો બે તોલા પાણીમાં ઘુટીને પાછ દેવો પછી કાઢીના રસ અને આવે તો તોલા ૪ પાને તેથી વિષ ઉતરે છે. તેનાથી ન મરે તો બેસના ઝાંબુનો રસ તોલા ૪ પાને તો તુરત ઉતરે છે.

૧૫ વજનો કડકો ચાવી કાનમાં કુક મારવાથી વીંછી ઉતરે છે.

૧૬ કાળો ઐહુસો જેનાં પાન કાંનાં પાન સરખાં લીલા રંગનાં હોય છે; ધોળા ઐહુસાના પાન ઉપર જેવાં ધોળાં ટપકાં થાય છે તેવાં કાળા ઉપર થતાં નથી અને નરમ હોય છે ઐહુસાનું મૂળ અને સીમળાનું મૂળ ટાઢા પાણીમાં ધસી વીંછી ચડ્યો હોય ત્યાં સુધી લેપ કરવો. અને દંસ ઉપર ચોપડવાથી વીંછીનું ઝડેર ઉતરે છે.

૧૭ પુષ્પ નક્ષત્રને દિવસે આપણી છાયા સીમળાના ઝાડ ઉપર ને પડવા દેતાં અને તે ધોળા સીમળાનું ઉતર તરફનું મૂળ લાવી મુકવું. આ મૂળાયું વીંછી ચડ્યો હોય ત્યાંથી નીચે સુધી ત્રણ વખત ઉતારવાથી અને એ મૂળ પાણીમાં ધસી દંપ ઉપર લેપ કરવાથી વીંછીનું ઝેર ઉતરે છે.

૧૮ કાષ્ઠ પથ્થુ ત્વતની બોરનાં પાન અને ઉમરાનાં પાન (ઉમેકાનાં જેને ગુલર પણ મુસમમાનીમાં કહે છે) એ બન્ને કિંવા એ બે પેટા જે મળે તે બારીક વાટી દંપરથાને લેપલી કરી પાંદો બાંધવાથી એક કલાકમાં વીંછી જરૂર ઉતરી જશે અને બે કલાકે આપડ બાંધી રાખ્યું હોય તો દંપરથાનમાંથી પથ્થુ બીલકુલ ઉતરી જશે.

૧૯ કંકાડી આકડાનું મૂળ અરીષ્ઠ સુદ એની આકડાના ફુલમાં ગોળી કરી વીંછી કરડેલી જગાએ ચોપડવાથી વીંછીનું ઝડેર ઉતરે છે.

૨૦ મૂળાનો રસ માખણ અને લસણ એને ઘુંટી લેપ કરવાથી વીંછીનું ઝડેર ઉતરે છે.

૨૧ ભોંયરીમણી, ધોડાવજ, આકડાનું મૂળ એને ધસી ચોપડવાથી વીંછી ઉતરે છે.

### ત્વચારોગ.

#### સામાન્ય ઉપચાર.

૧ દારૂડીનાં બીજને ગોમુત્રમાં પલાળી રાખી વાટી તેનો લેપ આમડીના દરેક દર્દ ઉપર કરવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૨ બાવળીનો કાળો પીવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ બાવળીનું તેલ ચોપડવાથી ત્વચાનો રોમ મટે છે.

૪ બાવળી આમલતક લાખ-કાળો ઉમરો પીપલી સગ્ગો લોહાનું ચુર્ણ તથા તેલ એઓનું સમભાગ ચુરણ ગાળના પીતામાં વાટી લેપ કરવાથી ચીતરી તથા કાંઠ જસદી મટે છે.

બીજી આવે છે. એ લેપ કરવાથી ચીત્રો મટે છે.

પરે તોલા અંદુત દર્યા આમલાં કુ વજ દારૂદજદર મગો લીમડો એ નવ ઓસડોનો કાળો લેપ ત્વચારોગ મટે છે.

કડ તોલર વડની કુંપસો મસૂની દાળનો લોહ અને સીમળાની છાવ એનો ત્વચારોગ મટે છે. અને એ લેપ ધીમાં કરવાથી કરોલીયા મટે છે.

એમાં આમલાં સોનામુખી એનું ચુરણ કરી એક તોલો રાત્રે મૂની આમડીનાં તમામ જાતનાં દર્દો મટનાં દરત સાદુ ઉતરે છે.

ન આપના આમડીનાં દરેકમાં મનસીપનો લેપ કરવાથી ચાંદા-ચાંદા બાવળનું તેલ આમડીનો રંગ આવે છે. ને તેમાં પાં નીકળતું લોપ અગુંડા નેટનું તો આમડીમાં લેપ કરવો.

૧૦ કુષ્ઠરોગમાં બતાવેલું મરીઆદિ તેલ ચોપડવાથી ખસ ખરજવા કોડ વગેરે ચામડીનાં દર્દ મટે છે.

૧૧ મહુડાં વાટી ચોપડવાથી ત્વચારોગ મટે છે.

૧૨ રાજ સીધાલુચુ ગોળ મીઠુ ગ્રધ ગુમક ગેર ધી સમભાગ લેઈ તેને ઉનાં કરી મક્કમ કરવો આ મક્કમ ચોપડવાથી ત્વચારોગ મટે છે.

૧૩ ચામડીનાં દરદો તથા શીંગા ઝખમની ચેળ બંધ કરવા લીમડાના પાનની ધુણી આપવી.

૧૪ ચામડી બરછટ થઈ ગઈ હોય અને ચેળ આવતી હોય તો લીમડાના પાણીથી ન્હાવાથી મટી જાય છે.

૧૫ લીમડાનાં કુંપલીયાં તથા તેનો ગોર મીઠું સાકર અજમો અને હીંગ એતું ચૂર્ણ ચેત્ર સુદીની શરઆતથી આખો માસ ખાવાથી કોઈ પણ જાતનાં ચામડીનાં દરદ થતાં નથો, તેમ શરીર તીરોગી રહે છે.

૧૬ લીમડાનું પચાંગ સેવન કરવાથી રક્તરોગ ખરજ મધુ કોડ તથા દાહનો નાશ થાય છે.

૧૭ મીઠા લીમડાનાં પાન અને મૂળ ઘસી ચોપડવાથી ચામડી ઉપરનાં ચાકાં ઉપર ચોપડવાથી સારો ફાયદો છે.

૧૮ વાળાનાં પાણી એ ન્હાવાથી શરીરની ચેળ મટે છે.

૧૯ સરપખાનાં ખીજનું પાતાળપત્રથી તેલ દાદી ચોપડવાથી ત્વચાનાં દરદ મટે છે.

૨૦ માલકાંકણીનાં ખીજનું તેલ શરીરે ચોળવાથી શરીરની ખરજ મટે છે. તેલ ન મળે તો માલકાંકણીનાં ખીજ ગોમત્રમાં વાટી શરીરે ચોળવાં.

૨૧ ખડયપાનો રસ ચઢનું તેલ અને કપુર એકત્ર કરી ચોળવાથી ચેળ (ખરજ) મટે છે.

૨૨ ચારોળી, બદામગર, ખસખસ, સુલાળકળી, કેસર અને કપુરકાચથી એને દુધમાં વાટી અને ચોળવાથી શીયાળાના દિવસમાં રાત્રી ફાટી જાય છે ને અંગ તરડે છે તે નિવર્તતા ચામડી નરમ રહે છે.

૨૩ કુવાડીઆનો ખીજ ભાગ ૧, ખાવચી ભાગ ૪, ગાજરનાં ખીજ ભાગ ૨ એને ખારીક વાટી ગોમત્રમાં માટીના વાસણમાં પલાળી આડ દિવસ સુધી રહેવા દેવું નવમા દિવસથી ત્રણરોજ લગાડવાથી ઇસજ રોગ સારો થાય છે. આ ઔષધ સુકવી રાખ્યું હોય તો પણ એક વર્ષ સુધી ગુણુ આપે છે ત્વચારોગ ઉપર પણ અસર કરે છે.

૨૪ તાવથી શરીર ઉપર ચેળ ઉઠી હોય તો નરમા (નરમો) કપાસની જાત છે ) ના પાનના રસમાં કાળીજીરી વાટી શરીરે ચોળવું અને ચાર ઘડી પછી સ્નાન કરવું.

૨૫ ચઢનના તેલમાં કપુર લીંબુનો રસ નાંખી સારો ખવ કરવો અને નિત્ય શરીરે ચોળવાથી સર્વ જાતની ચેળ રક્તવિકાર યથો હોય તો તે સર્વ મટે છે.

૨૬ કણ્ઠ્યુ તેલ અને લીંબુરસ એકત્ર કરી રાત્રે સુતી વખતે શરીરે ચોળવાથી ચેળ આવતી બંધ થશે આ ઔષડનિદાન ત્રણચાર દિવસ ચોળવું.

૨૭ કણ્ઠ્યુ તેલ, લીંબુરસ અને કપુર એકત્ર ખસ કરી ચોળવાથી શરીર ઉપર ગુખસની છાશી દોઢીએ બેસી જાય છે.

૨૮ હાથ પગનાં તલીયાંએ આગ બળતી અને કોઇ કોઇ વખત એ જગોની ત્વચા ( પાતળી ખાસ ) જતી રહેતી. તેને જળવાત કહે છે. એવા રોગીએ પોષકદ્રવ્ય ( એરંડ, કાકડી ) નાં લીલાં ફળ લાવી તાપરોગ છોડી નાંખવાં વધારેતર રાખવાથી તેમાંથી દુધ મુકાઇ જશે આ પ્રમાણે છોડી તૈયાર થયા પછી તે ક્રીમ એક તપેવામાં મુકી તેના ઉપર એક થાળી મુકી પેલો કીસ આક્રો અને હાથપગને તળીએ બાંધવો. આ પ્રમાણે ચાર વખત કરવાથી જળવાત મટે છે.

૨૯ શરીરે ચોળવાતું સુગંધી ચૂર્ણ-આવથી કપુરકાચલી મંદુલા નાગકેસર ખસખસ, બદામમર, કેસર એ સર્વ પદાર્થ યોગ્ય દુધ છાંટી બારીક પાટવા અને દુધમાં કાલતી તે વાટેલા મશાલામાં ઉત્તમ સુગંધી તેમ જ નાંખી અંગે ચોળવાથી સાધારણ પ્રકારની ખરજ (ચેળ) શરીરને ચીરા પડવા ઇત્યાદિ વિકાર મટે છે. આંગ સુગંધીયુક્ત અને કોમળ રહે છે.

૩૦ મૂળાનાં બીજ, સરસવ, લાખ, દારુગદર, કુવાડીયાનાં બીજ, સુંક, મરી, પીપર, વાવડીંગ આ બોધક સમગ્રાગ ખાંડી વસ્ત્રાગ દરી બકરીનાં ઊંચમાં ખસ દરી શરીરે ચોળવાથી એવી ખસ વગેરે ત્વચારોગ મટે છે.

૩૧ મૂળાનાં બીજ, કડવા લીમડાનાં પાન, ઘોળાં સરસવ, ધુમાસ ( બરની બીને કે ઉપલા આગમાં ધુણીથી ચોટે છે તે ) એ પદાર્થ ખાણીમાં વાટી અંગે લેપ કરવો. પછી અંગે બકરીનું માખણ ચોળી સ્વચ્છ ગરમ ખાણીએ ઘાઇ નાંખવું. આ પ્રમાણે પાંચ દિવસ કરવાથી કરોળીઆ મટે છે.

૩૨ મૂળાનાં બીજ કોઇ ગળુળા ઘોળા સીરસ ધમાસો નાગકેસર એ બોસક સમગ્રાગ લેઇ વસ્ત્રાગ કરવા. અને તે ચૂર્ણ લીણુના રસમાં ડિવા ઉના ખાણીમાં કાલતી લેપ કરવો. એ કલાક ગયા પછી ગરમ ખાણીવડે સ્નાન કરવાથી કરોળીઆ મટે છે.

૩૩ અંધેશના પાલાનો અંગરસ દારી તેમાં મૂળાનાં બીજ વાટી લેપ કરવો તેનાથી કરોળીઆ મટશે.

૩૪ ફક્ત તલનાં પાન લાવી તેને જાળી તેના કાળીરાખ દરી તેને તલના તેલમાં ઘુટી ખસ ઉપર ચોપડાથી ખસ મટે છે. અને લીણુરસમાં ખસ કરો ચોપડાથી ઘુણત મટે છે અને જલ મરી જાય છે.

૩૫ શીશમ સાગ દેવદાર ખરસીંગ વંદન રક્તચંદન એ સર્વનાં મુકો લાકડાં લેઇ તેનાં પાતળાં છોડાં કરી અને સાધારણ કટી તેના ઉપર ખાણી છાંટી માટલામાં બસો આળી રાત રાખવાં. બીજે દિવસે જમીનમાં ખાડો ખોદી તેમાં તપેલું મુકી પેલા મટકાના મોં ઉપર દોડીયું બેસતું મુકી તેને બેચાર ડિઃ કરવાં. તે બીજથી બંધ કરી પછી પેલા દોડીયાને સંધીમાં લેપ કરવો કે નીકળી જાય નહીં. પેલા તપેવામાં માટ્યું ઉગુ ખાંડી ધુપેલ માફક તેલ પાડવા માટે ઉપર છાણાં નાંખવાં એ તેલ નીકળે તે ચોળવાથી ખરજ આઠાં મળુ ઇત્યાદિ મટે છે.

૩૬ કોઇ પણ જાતનો ફેફસો મોટો ન થયો હોય ને નીકળતો હોય તેના ઉપર સરખાની છાલ પસી ચોપડાથી બેસી જાય છે.

૩૭ લસણ મરી અને સરખાની છાલ એકજ પસી ચોપડાથી ત્રીસ થતો ફેફસો ખાંડી જાય છે.

૩૮ હીમજળને એરડીયા તેલમાં તળી તેમાં અષ્ટમંડા સંચય નાખી ખાંડી રાખવી તેમાંથી સુતી વખત એક તોલા સુધી ફાફરાથી સુદૃઢ રેય થાય છે.

૩૯ હીમજળું ચૂર્ણ કરીને તેને ગાયના મુત્રના સો પુટ આપવા પછી ચૂર્ણ સાંજસવાર ખાવાથી અગ ઉપર નીકળેલી ગરમી મટે છે.

૪૦ આમલસારો ગધક મૂળાનો ખાર અને આદરસ એનો એકત્ર ખવ કરવો. બે દિવસ સુધી ખવ કરી ચોપડવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૧ સુખડ કપુર ટંકણ હડતાલ એ સમભાગ પાણીમાં ખવ કરી ચોપડવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૨ ગધક ત્રિકટુ લોદર રાષ્ટ્ર હળદર એને દહીંના પાણીમાં છુટવું પછી સરશીયુ મેળવી ઘુટી શરીરે ચોળવાથી કરોળીયા અને ચેળ મટે છે અને દેહ સારી થાય છે.

૪૩ કેળના યચ્ચેના દળની ભસ્મ અને હળદર એને પાણીમાં ઘુટી ચોળવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૪ સુખડ અને ટંકણખાર ધસી લેપ કરે તો કરોળીયા મટે છે.

૪૫ કળાયુનો ટાંક ૧, હરતાગ ટાંક ૧, રતાદલી ટાંક ૧ એ સમભાગે ધસી લેપ કરવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૬ લસણ શેર ૧ ચમક શેર ૧ કાચલી નાળાએરની શેર ૧ નો પાતાળ ધનથી ચુરો પાડી લેપ કરવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૭ સાયુ તોલા ૨ સોમય તોલા ૨ વાટી પાણી સાથે લેપ કરવાથી મટે છે. સોર્ભન એરી છે માટે વિચારી ઉપયોગ કરવો.

૪૮ સમુદ્રફળ લાવી હળદરના રસમાં ધસી લેપ કરવાથી કરોળીયા મટે છે.

૪૯ ગુલાબના પાનનો રસ ચોપડવાથી કરોળીયા મટે છે.

### ઇંગ્રેજ દવાઓ.

૧ શરીરના કોઈ પણ ભાગ ઉપર જેન આવતી હોય અથવા ફેલીયો ઉપડતી હોય તો આંખ ચીવાવના ભાગ ઉપર એક ભાગ કારગોલીક એમીડ તેવીસ ભાગ તલના તેલમાં મેળવી ચોપડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૨ સ્ક્રૂઝ નાઈટ્રીક એસીડ એક ભાગ અને પાણી ચાર ભાગ મેળવી તેને ત્વચારોગ ઉપર ચોપડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ ડોનાવેલ સોલ્યુશન ૧૦ થી ૩૦ ટીપાં એક ઐત પાણીમાં દિવસમાં ત્રણ વખત ખોવાથી જીના આમડીના રોગ ઉપર સારી અસર થાય છે.

### દંધરોગ (દાઝયાનો.)

૧ આંખનાં પાંદડાંની રાજ વલગાળ કરી દાઝેલી જગ્યા ઉપર દવાવવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૨ હીગોરાના ખીજનું તેલ દાઝ ઉપર ચોપડવામાં આવેથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ દાઝેલા ભાગ ઉપર ઘી ચોપડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૪ પંડોળના દંદ ચાચવા દાઝને સરસીયા તેલમાં નાંખી તેલ પકડી તેને દાઝેલા ભાગપર પર નીકળતું હોય તેના ધોળા ભાગપર તથા દાઝવા લગાડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૫ મેથીનાં પાનની કોવા હોટની પોટીસ અધિવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૬ કુવારનો ગર્ભ દાઝેલી જગ્યા ઉપર બાંધવાથી જલદી દાઢ બંધ થાય છે. (કુવારનો ગર્ભ હાથે ચોળા પછી હાથમાં દીવાના ગલ સેવાતી કિંવા તપાવેલી સાંકળ ઉપર હાથ ખેંચી દેવાથી દઝાતું નથી.)

૭ ચાકવતનાં પાંદડાં કડવા લીમડાનાં પાંદડાં અને કુવારનો ગર્ભ એકત્ર કરી વાટી રસ કાઢવો. આ રસમાં મધ અને જે જમીનમાં ઘોળા ખાર આવે છે તે (અથવા હુંણા આવે છે તે) તે જમીન ઉપર પાણી રેડી હાથથી ચોળવાથી ચીખસ થાય તે સર્વ એકત્ર કરી દાઝેલી જગ્યાએ વારંવાર લેપ કરવાથી દાઢ થમન થાય છે અને મોટા માટા ફેલાતા ન થતાં જલદી ગુણ્ય આવે છે. આ ચોસક દ્રવ્ય દાઢ મટવા માટે પ્રથમ દિવસે લગાડવું પછી ચુનાની ઉપરનું પાણી અને તેલ એકત્ર ફીણી ચોપડવું.

૮ અનેક વૃક્ષોના રસ એકત્ર કરી દાઢા ઉપર ચોપડાથી દાઢાની બળતરા મટે છે.

૯ છાસ અને દહીના પાણીમાં વજ્ર પલાળી દાઢયા ઉપર વીટવાથી બળતરા મટે છે.

૧૦ રૂશનધ, મોખણુ ધલાપચી એ સર્વ હુંટી લેપ કરવાથી દાઢયાથી આરામ થાય છે તે ચેપ ઉડતો નથી.

૧૧ રાળ, મીણ, સોંદર, હીરાદખણુ, તેલ, માયુરજ, સરેતો, અને કળીચુનો વારંવાર પાણીમાં ઘોળા તળીએ જે રહે તે મલમમાં નાંખવું તે ચોપડવાથી તાડો તણખાં મટે અને દાઢયાતું દૈં મટે છે.

૧૨ તાડના પત્રની ભરમને દાઝેલી જગ્યા ઉપર હુપેલ ચોપડી દબાવવાથી રૂઝ આવે છે.

### દંદુ (દાદર).

૧ આંખાના ઝાડમાંથી નીકળતો રસ યાને ગુદર લીંચુરસમાં ચોપડવાથી સારો ગુણ આવે છે.

૨ કોટાશેરીયાના પંચાંગને વાટી તેની ચેપલી કરી તેલમાં તળવી. ને તેને વાટીને તેના મલમ કરી ચોપડવાથી ખસ, દાદર, ખરબુલો, ચાંદી વગેરે મટે છે.

૩ કુવાડીયાના બીજને પાણીમાં વાટી દાદર ઉપર ચોપડવાથી ફાયદો થાય છે.

૪ લીંચુરસમાં કિંવા કોપરાના તેલમાં ગુંગળ મેળવી ચોપડવાથી દાદર અને ખરબ મટે છે.

૫ પપૈયાનું દુધ દાદરપર ચોપડવાથી મટી જાય છે પણ બળતર ધણી થાય છે.

૬ કટકડીને લીંચુમાં વાટી ચોપડવાથી દાદર ને ખરબવાં મટી જાય છે તેમજ ચેગ આવતી એકદમ બંધ થઈ જાય છે.

૭ મજક, દઢ, હોદર, વડરી કુંપરો, મસુરની દાળનો ભેદ અને શીમલાની છાંય એના ચુર્ણનો લેપ ધીમાં કરવાથી દાદર મટે છે.

૮ લમણ ચોપડવાથી દાદર મટે છે.

૯ ગરમાલાના ઝાડની લીંધી કુંપરોનો અંમરસ ચાર પાંચ વખત ચોળવાથી દાઢા દાદર મટી થાય છે અને લાલ તો અવરધ મટી જાય છે.

૧૦ સોનાચુખીની યોગમાંના બીજ અને ગરમાળાનો ચોળ દહીમાં વાટી ચાંદ રિસ રૂંધી લેપ કરવાથી દાદર મટી જાય છે.



૧૧ નવસાર, હળદર, સાકર અને લસણ સમભાગ લેઈ એકત્ર ખવ કરી એ ઔષધ ત્રણ વખત લગાડવાથી દાદર મટે છે; પરંતુ એનો આટલો લાગે છે તેમ લાજ પશુ થજે છે.

૧૨ અશીથુ, સુરોખાર, સોંદર, લસણ, લીંડીપીપર, પારો એ સમભાગ લેઈ તેણે ખારીક ચૂર્ણ કરવું અને તેનો લેપ બકરીના દુધ સાથે કરવાથી દાદર મટે છે.

૧૩ પારો, મનસીલ, આમલસારો ગંધક, માક્ષીક, હરતાવ, મોરચુથુ, હળદર, આંખા હળદર, રાજ એ સર્વે સમભાગ લેવું. પારા ગંધકની ઠગળીમાં ખીજી ચીજો ઘુટી અને તેનો લેપ માંખણમાં ચાર પાંચ દિવસ કરવાથી ખપ અને ખરજીવું મટે છે તેમ દાદર મટે છે.

૧૪ ખાવચી, હળદર, આંમલાં બકરીના મુતમાં ઘુટી ઉતું કરી ચોપડવાથી દાદર મટે છે.

૧૫ અશીથુ, ઇલાયતી, નવસાર, વજનાગ, ટંકચુ, ગંધક, પારો, સોંધન, મનસીલ એ રીતે સમભાગ લેનાં. પારા ગંધકની ઠગળી કરવી તેમાં ખીજી ચીજો ઘુટી ગાયના ધીમાં મેળવી ચોળવાથી દાદર, ખરજીવું તથા ખસ મટે છે.

૧૬ સોંદર, સીંધવ, સાકર, હળદર, આંખા હળદર, મનસીલ, ઉપરેલ અને ખારીક ઘુટી ધીમાં મેળવી લેપ કરવાથી ખસ, ખરજીવું ને દાદર મટે છે.

૧૭ દાદર રાતી તથા કાળીને ઉપાય:—ખાખરાનો ખીજ (પગસપાપડી) શેર ૦૧ તથા અશીથુ પાંચ તોલા એ બન્નેને વાટી ખારીક કરી લીંડુના રસમાં ચોપડવું.

૧૮ દરાજ રાતી તથા કાળીને ઈલાજ—ગંધક તોલા ૪, પારો તોલા ૧૧, એ બન્નેને ખસ કરે. ખાવચો તોલા ૪, ખડકનો દારૂ તોલા ૪, સુનો તોલા ૨, મોરચુથુ તોલા ૧૧ આતસપર કુલાવેલું એ રીતે જ્યુસોને વજમાળ કરી લીંડુના રસમાં દિન ૪ ચોપડે તે સાર થાય.

૧૯ દાદર કાળીને ચોપડવાની દવા છે—પારો તોલો ૦૧, આમલસારો ગંધક તોલો ૦૧, મોરચુથુ તોલો ૦૧, તથા ટંકચુપાર તોલો ૦૧, એળીશો તોલો ૦૧, મનસીલ તોલો ૦૧, રાજ તોલો ૦૧, એટલી જ્યુસોને વાટી વજમાળ કરી લીંડુરસમાં ચોપડવું.

૨૦ દાદર કાળી તથા રાતીને ઉપાય છે—હીમજ તોલો ૧, પગસપાપડી તોલો ૧, ટંકચુપાર તોલો ૧૧, નવસાર તોલો ૧૧, એટલી જ્યુસને વાટી વજમાળ કરીને લીંડુના રસમાં તથા પાણીમાં ચોપડે તે સાર થાય.

### દાહરોગ.

૧ પેટમાં બળતરા થતી હોય તો ઉમસવું દુધ સાકર નાંખી પીવાથી ફાયદો થાય છે.

૨ સરીરે દાહ થતો હોય તો કમળનાં તથા કેળનાં પાન ઉપર સૂંઝાથી શાન્ત થાય છે.

૩ ઠંથિનારની ઊસની રસ, તથા તેમાં ચોરું કપુર નાંખી પીવાથી દાહ મટે છે.

૪ ગંજળીનાં પાનનો રસ અરધાથી એક તોલા સુધી પીવાથી હરકોઈ જાતનો દાહ મટી જાય છે ને દંડક થાય છે ને ખમ મટે છે.

૫ જીનાં મોળને રાત્રે પલાળી રાખી તેને ગાળી પીવમાં આવે તો દાહ મટે છે. વધારે વાર ગાળવાથી વધારે ફાયદો કર્તા થાય છે.

૬ ચણુનો ખાર પીવાથી દાહ શાન્ત થાય છે.

૭ ચણુના ખારને સરખત સાથે મેળવી પીવાથી આંખોની જગતસ, સુંક, ચુગ તથા માંખુ શરીર તપ્પા કરવું હોય તે મટે છે.

૮ એક બાગ તુકમરી, બે બાગ સાકરનું પાણી લઈ તેમાં તુકમરી પેલાળી ચીકણું થએથી પીવું.

૯ તાંદુલબનો રસ સાકર સાથે પિવાથી દાહ મટે છે.

૧૦ બોરડીનાં પાંદડાંને દહીંમાં વાડીને અથવા કપુર, ચંદન અને લીમડાનાં પાંદડાંને દહીંમાં વાડી ચોપડવાથી ચીરનો દાહ તથા હાથ પંગનો દાહ મટે છે.

૧૧ દાહમનું શરબત પીવાથી દાહ મટે છે.

૧૨ ધાણુને પલાળી રાખી તેનું પાણી ગાળી સેધ સાકર નાંખી પીવાથી દાહ શાંત થાય છે. વળી તેમાં લીમડેની બરાસ નાંખી તેને કોરા વાસણમાં કંઠુ થવા દેધ પીવામાં આવે તો તે પિત્તને પણ મટાડે છે.

૧૩ ચૌ વાર ધોવણા ધીમાં નાગકેસર મેળવી ચોળવાથી હાથ પંગનો દાહ શાંત થાય છે.

૧૪ બીજોરાનો રસ સાકર તથા છલાયચી નાંખી પીવાથી દાહ તથા તૂપા મટે છે.

૧૫ બેદાનાં કળીયા પાણીમાં વાડી હાથ પગપર લગાવવાથી હાથ પંગનો દાહ શાંત થાય છે.

૧૬ મહુદ્ર, શીવજીની છાદા, રતાંજલી, વાજો દ્રાખ અને ધાણાનું ચુરણ કરી તેનું ધ્રું કરી પીવામાં આવે તો તૂપા, દાહ અને બમ મટે છે.

૧૭ હાથ પંગના દાહ ઉપર મેંદા પાણીમાં વાડી ચોપડવાથી દાહ મટે છે.

૧૮ વડ, આંબો, પીપર, પીપળો, ઉમરો, પારસપીપળો, લાલ અને-ધોળો સોદર, જેડીમધ અને બોરડીની બાસનો કાંદો પીવાથી દાહ મટે છે.

૧૯ ટાંદા પાણીમાં સાકરને ધોતી. તેમાં એલચી, લવીંગ, લીમડેની બરાસ લીખાં નાંખવાથી સાકરનું શરબત થાય છે. તે લીચીને વધારનાર, ટાંડુ દસ્ત ઉતારનાર, બળ આપનાર, રમિયારક, વાતપિત્ત, મુઝાં, ઉલટી, તથા તૂપા, દાહ અને જ્વરનો નાશ કરનાર છે.

૨૦ ચાકવતના પાલાનો રસ ચોળ્ય અનુપાનથી ચોળવાથી દાહ મટે છે.

૨૧ બીજોરાના રમમાં બહુ સાકર નાંખી તેની ચાસણી શરબત જેવી કરવી. એને શરબતે બીજોરી કહે છે. તેને શીયામાં બરી મેળવ્યું શુચ રાખવો. એ શરબત ટાંડુ પાણી મેળવી સેવાથી ઉચર કહેલા દાહનો વિકાર અને પિત્ત રામન થાય છે. ઉનાળાના દિવસમાં આ બહુ ગુણુ આવે છે.

૨૨ ધાણા, ઐકુસો, આમલાં, ઠાળી દ્રાખ, પિત્તપાપડો એ સર્વ ઔષધ સાધારણ કુળી માટીના વાસણમાં પૂલાળી રાખવું. બીજો દિવસે એ પાણી ગાળી પીવાથી તૂપા તથા દાહ મટે છે.

૨૩ વાજો, દારૂ હળદર, પદમક, સોદર, રાજ, કાવરજા, રાખ અને ગેરૂ એ સર્વ સમભાગ ઔષધ સેધ ચૂર્ણ કરવું એ ચૂર્ણ ચોળાના ધોવરામણમાં ત્રણ માસાથી ૭ માસા સુધી ખાંડ નાંખી પીવાથી રક્તપિત્ત અને દાહ મટે છે.

૨૪ શીવલીંગીના પાનનો રમ ચાર તોલા સુધી ગાયના કુધમાં મેળવી તેમાં શર સાકર નાંખી પીવો.

૨૫ બળોયા, ઓરી કે અગમ નીકળી ગયાના કારણથી કે બીજા કારણથી પેટમાં દાહ થતો હોય તો ગોખરનું ચૂર્ણ ગાયના ધી અને ખડી સાકરમાં મેળવી રાત્ર સરાર પીવું.

૨૬ સર્પવિષના પ્રકરણમાં મળના આડનું વર્ણન કર્યું છે તે અડનાં બીજા ટાંદા

પાણીમાં પંચાણી રાખી કુવી ગએથી તેમાં ગાયતું દુધ ને સાકર નાંખી પીવાથી પેટમાંનો દાંઢ કમી થાય છે.

૨૭ હરોદ્ધ, બેડાં, આમલાં, ગરમાલાનો ગોળ એ સમભાગ આપધનો કઢો સાકર અને મધ નાંખી પીવાથી પિત્ત ઝાડા માર્ગે બહાર પડે છે અને દાંઢ તથા પિત્ત યાત થાય છે.

૨૮ દાંતા થઇ ફાટી ગએલું સીતાફળ પાકેલું હોય તે રાતે ઝાકળમાં રાખી સવારે ખાવાથી ઠંડક થાય છે.

૨૯ ચવ્યક, ચીત્રક, સુંક, ધાણુ, પીયળીમૂળ એનું ચૂર્ણ સા દર સાથે ખાવાથી દાંઢ મટે છે.

૩૦ ચારોળી, દ્રાખ, બદામ, ઇલાયચી મધમા મેળવી ખાવાથી દાંઢ મટે છે.

૩૧ ચીનીકમાળા ઇલાયચી માંખણ ને મધમા ખાવાથી દાંઢ મટે છે.

### ઇંગ્રેજી દવાઓ.

૧ શરીરના કાષ્ઠપણુ ભાગ ઉપર ઠંડક કરવા માટે એક ભાગ એસેડીક એસીડ અને ચાર ભાગ પાણી મેળવી તેનાં પોતાં મુકવાથી બળતરા મટી ઠંડક થાય છે પોતાં એટલે સહેલ કમકાની ગડી પાણીમાં બોળી મુકવી. થોડી થોડીવારે પાણીમાં બોળી મુકતા જરી.

### ધાતુનો રોગ.

#### ( પેસાળ માર્ગે ધાતુનું જીવું. )

૧ ગોખરના લીધ છાંડને પાણીમાં પલાળી તેનું ચીકણું પાણી સાકર નાંખી પીવાથી પેસાળ માર્ગે જતી ધાતુ બંધ થાય છે.

૨ આશેતરીની કુમળી માંજર લેઈ તેનો રસ કાઢવો તે'રસમાં ગાયતું દુધ અને ખડી સાકર મેળવી પીવાથી પેસાળ માર્ગે ધાતુના જતા રજકણો બંધ થાય છે. તેમજ ધાતુ જતી બંધ થાય છે.

૩ ઘોળા કમળનો કદ કચરી તેનો રસ નીકળે તેમાં માયુ ત્રગ્ ભાસા જવની એક માસો ઇલાયચી બે માસા આશેતરીની અંતરબાવણું ચૂર્ણ છ માસા આ સર્વે આપધ ગાયતું દુધ અને સાકર મેળવી પીવું એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ પીવાથી અને સાત દિવસ તેલ-મરચુ આમલી એ પદાર્થ વ કરવાથી ધાતુ જતી બંધ થાય છે.

૪ પરવળને બાદી કાઢી ઉમાં ચીરવાં તેમાં ગરમ મરાસો ભરી ધીમાં તળવાં. એક શેર પરવરમાં તળવામાં તે એક શેર ધી સુધી પીચકે છે. એનાં તૈયાર કરી તે ચાક ધીમાં તળેલી પુરી સાથે ખાવાથી ધાતુરુદ્ધિ સારી થાય છે અને કામોદ્ધિન કરી શક્તિ આપે છે.

૫ ધાતુ પાતળી થઈ ગઈ હોય તો બીનીના ઝાડની છાલનો રસ બે તોલા સુધી કાઢી તે રસના છયટ ગાયના દૂધમાં નાખવો તેમાં મરીનું ચૂર્ણ બે આસા નાંખી પીવું.

૬ પ્રમેહ પ્રમાણે વારંવાર દુધીત ચએલી ધાતુ મળતી રહે છે. તેના ઉપર ભોંયકાળાનો રસ કાઢી તેમાં છૂર અને ખડીસાકર નાંખી પીવાથી બંધ થાય છે.

૭ ગોખર, વરીયાલી, અને ખડીસાકરનો અષ્ટમંથ કાઢો કરી દૂધ નાંખી પીવાથી મૂત્રમાર્ગે જતી ધાતુ બંધ થાય છે. આ કાઢો પાંચ સાન, દિવસ રોજો બ્રેષએ.

૮ ગુદીનાં પાકાં પાન સાકર સાથે ફાકવાથી પુરુષની પેસાળ માર્ગે જતી ધાતુ બંધ થાય છે.

૯ દુધેલી ચક્રમાંથી ઉખાડી લાવીને ખાનગી છાપ સાથે યાત્રીમાં મૂકી તટક્રમાં સુકવતી પછી ખાંડી ભુકો કરી અનેના વજનથી જમણું ગાયતું દૂધ લેવું તેમાં ભુકો નાખી પવજેથી લાકડા જેવો થાપ એટલે ખાવો. રોજ બોધતી દવા પેલા ભુક્રમાંથી લેવી. ખાદુ-ખાઈ ન ખાવું પથ્ય બરાબર રાખવી તેથી ધાતુ જતી બધ થાય છે.

૧૦ પતાસામાં કાણું કરી વડની મુગીના દૂધનાં ટીપાં ૨૦ મુકી દરરોજ ખાવું તે દિન ૭ માં ધાતુ બધ થાય.

૧૧ સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી હોય તેનો ઉપાય:-તુગસીનાં પાન તોપા ૭ સુકવેલાં લેઈ તેને ખાંડીને મધમાં તેની ગોળી ૭ દરવી. તેમાંથી દરરોજ ગોળી એક ખાય તો સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી બધ થાય.

૧૨ દુધેલી ચક્રમાંથી ઉખેડી લાવી તેને સુકવી પછી ખાંડી ભુકો કરવો. તેને દુધમાં રાંધી રોજ લાકડુ જેવી ચએથી ખાવી ખાદુંખાઈ ખાવું નહીં, તો સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી બધ થાય છે.

૧૩ ધાતુ જતી હોય તેની દવા:-ખાંણા, ટાંક ૫ બળખીજ, ટાંક ૫ મુમળી, ટાંક ૫ ગોખર, ટાંક ૫ કાળીમુસળી, ટાંક ૫ સાલમ, ટાંક ૫ નેરતકી ટાંક ૫ ઉતકડો ટાંક ૫ (ઉતકડોની છાલ લેવી) બાવળનો મુંદર ટાંક ૫ એ સરવેને વાટી ભુકો કરી ટાંક ૧ ની ગોળી વાળવી. ખાંડ ટાંક ૧ તથા દૂધ શેર નાંખીને ઝાંખીને પીએ તો તરત બધ થાય.

૧૪ આલકાકણાં શેર ૧૧૧ ગવાર શેર ૨ ખાંડી કપડગ્રીન કરી હાથેલીભરી સાકર સાથે ફાકે તો ધાતુ જતી બધ થાય.

૧૫ નગોડના ચક્રમાંથી જડ તથા ઉપરની છાલ તથા નગોડની ઉપરની કાંડિયો કુમળી એ સર્વે બરાબર લેઈ ઘરમાં મુકને એને ચોથે પીપળીમૃગ નાંખી ખાંડી વઘગાળ મુરણ કરે તે મુગળ બરાબર ખાંડ ભેળવી રોજ હાથેલીભરી ફાકે ને ઉપર ઠાકુ પાણી પીએ તો ધાતુ જતી બધ થાય છે. આ રીતે મ્નિ ૨૧ ફાકવું.

૧૬ સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી હોય તેનો ઉપાય:-ચંગોડાં મુકો ખેરી મુંદર અને સાર એ સરખે બાગે લેઈ તેની ફાકી ટાંક ૪ સુધીની ફાકી ઉપર દૂધ પીએ તો બધ થાય.

૧૭ સ્વપ્નમાં ધાતુ જતી હોય તેનો ઉપાય બોચરમ, ટાંક ૫ ગોખર, ટાંક ૫ ખેરીમુંદર, ટાંક ૫ એની ગોળી ગોળ ધી સાથે દરી ખાય તો ધાતુ જતી બધ થાય.

૧૮ લવંગ ટાંક ૫, ચીનીકગાજ ટાંક ૫, જવફળ ટાંક ૫, સુરીજન ટાંક ૨, નગોડનાં ખીજ ટાંક ૨, વિદારીકદ ટાંક ૨, લોહું ટાંક ૪, કોદર ટાંક ૨, પીપળીમૃગ ટાંક ૩, મોષ ટાંક ૨, કસપન ટાંક ૨, જવત્રી ટાંક ૨, મધ ટાંક ૬ ઉપરની ચીત્તે ખાંડી વઘગાળ દરી મધમાં ગોળી ૧૨ દરવી. રોજ ગોળી ૧ ખાવાથી ધાતુ જતી બધ થાય છે.

## નેત્ર રોગ.

આમાન્ય ઉપચાર.

ઇંગ્રેજ દવાઓ.

૧ બોરેસીક એસીડની એક ચપટી લેઈ આંખમાં બરણની નાણક બરવાથી, આંખમાં ચએલા તાજ ખીસો સાર થાય છે.

૨ જુના ખીલોને લીધે આંખમાં ઠાળા ડાળાપર ઝારી તથા કુલુ પડ્યું હોય તો બે રેસીઝ એસીડની એક ચપટી આંખમાં કુંકરાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૩ એસીડેટીક અને ટેનીનની એક ચપટી ભરી આંખમાં આંજવાથી આંખનું દુખાવા આવતું અથવા આંખના ખીલો ઉપર સારો ફાયદો થાય છે.

૪ એસીડેટીક દશ ગ્રેન, ગ્લીસરીન-એક ઓસ અને પાણી એક ઓસ સાથે મેળવી મરમ કરવું અને એકરસ થએથી તેનાં ટીપાં કાચની નળીથી આંખમાં નાખવાં.

૫ નાઇટ્રેટ ઓફ સીલ્વર એક ગ્રેન તથા એક ઓસ અથરથી ઝીમેયું વરસાદનું પાણી કિંવા ગુલાબજળ લેઈ તેમાં મેળવવું. તેમાંથી એક બે ટીપાં કાચની નળીથી આંખમાં નાખવાથી દુખવા આવેલી આંખ મટે છે.

૬ આંખમાં તાળ પડેલા ખીલો માટે નાઇટ્રેટ ઓફ સીલ્વર દશ ગ્રેન સુધી અથરથી ઝીમેલા વરસાદના એક ઓસ પાણીમાં કિંવા ગુલાબજળમાં મેળવી તેનાં એક બે ટીપાં કાચની નળીથી આંખમાં નાખવામાં આવે છે.

### પુષ્પ-ફુલોં.

૧ અધેકાના મૂળને ઘસી આંખમાં આંજવાથી આંખનાં કુલ મટે છે.

૨ ગાયના દૂધમાં મુંઠ ઉકાળી અંજન કરવાથી તેવનાં કુલ મટે છે.

૩ નિર્મલી, સીધાકુલુ, સમુદ્રજળ અને રાખનું ચૂર્ણ એકોના પ્યારીક મિશ્રણનું ચૂર્ણ મધમાં મેળવી આંખમાં આંજવામાં આવે તો આંખનું પુષ્પ મટે છે.

૪ મનસીલના અંજનથી આંખનાં ધોળાં કુલ મટે છે.

૫ વડાગરૂ મીઠું છાસ સાથે વાટી આંખમાં અંજન કરવાથી આંખના ઠાળા ડાળાપર પડેલાં કુલ મટી જાય છે. આંખના ઠાળા ડાળાપર કેટલીક વખતે ધોળાં ટપકાં દેવાય છે તે પણ ઉપર પ્રમાણે અંજનથી મટે છે.

૬ અધેકાનું મૂળ મધમાં ઘસી આંજવાથી નવીન પડેલું કુલ મટે છે.

૭ નાગરમેથ બકરાના મૂત્રમાં ઘસી અંજન કરવાથી આંખનાં કુલ મટે છે.

૮ વાધેલુનું દૂધ બે ભાગ, જરાસ એક ભાગ વાટી વસ્ત્રગાળ કરી દિન ૧૦ આજે તો કુલ દેખાય છે.

### રતાંધળાપણું.

૧ અધેકાનું ચૂર્ણ રૂ. ૧) ભાર વજનનું રાત્રે સૂતી વખતે ખાવાથી રતાંધળાપણું બંધ થાય છે.

૨ જે માણસને રતાંધળાપણું હોય તેને સાંજે બે ઘડી દિવસ રહે તે વખતે ખવરાવવું અને અસ્તમાનના સમય પહેલાં અધેકાના મૂળનું ચૂર્ણ એક તોલા સુધી ખવરાવી સુવારનો એક પ્રમાણે ત્રણ દિવસ કરવાથી રતાંધળાપણું મટે છે.

૩ દારેલીના પાનના અંગૂઠમમાં ભરી ઘસી સધ્યાકાળે અંજન કરવું એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ કરવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૪ મસલાના પિતાનું આંખમાં અંજન કરવાથી રતાંધળાપણું મટે છે.

## નાકના રોગ.

## સામાન્ય ઉપચાર.

છોટા ઉપાય:—નાકમાંથી જ્યારે સોડી નીકળતું હોય તે ખીજા કોઈ પણ દવાથી બંધ થતું ન હોય ત્યારે ટેનીક એસીડની તપખીર સુંઘવાથી બંધ થાય છે.

૧ આંગાની ગોટલીનો ૨મ સુંઘવાથી નાકમાંથી પડતું સોડી બંધ થાય છે.

૨ તુળસીનાં સુંઘાં લાકડાંનું ચુરણ સુંઘવાથી ખીતસ મટે છે.

૩ દાદમના કુલનો રસ અને લીલી ધરેનો રસ એ બંને મેળવી નાકમાં ટીપાં નાંખવાથી નસકોરી કુટલી બંધ થાય છે.

૪ કાચા રોગમાં બતાવેલું લવંગાદિ ચૂર્ણ આવાથી ખીતસ મટે છે.

૫ નસકોરી કુટવાથી અથવા ઉજ્જુતાથી નાકમાંથી સોડી પડતું હોય તો દાદમનાં કુલ અને ધરેનાં મૂળ (દુર્વાનું મૂળ) નો રસ કાઢી નાકમાં ટીપાં નાખવાથી અને તાલુએ ચોળવાથી એક ઘડીમાં સોડી પડતું બંધ થાય છે.

૬ ગાયના કુધ તથા સાકરનો નાસ આપવાથી નાકે તથા મુખે પડતું સોડી બંધ થાય છે.

૭ સ્ત્રીનાં દુધમાં દ્રોનો રસ મેળવી નાકે નાસ લેવાથી નાકમાંથી તથા મોંમાંથી પડતું સોડી બંધ થાય છે.

૮ સુદને ગોળના પાણીનાં ટપકાં નાકે તાજુવાથી શીશ અને નાકનાં રોગનો છોડ મટે છે.

૯ સીંધવ ને પીપર બે ઘસી નાકે નાસ લેવાથી છોડ મેળ શીશયન ને દુધ રસ મટે છે.

૧૦ ખીતસ નાકમાં મસા થાય તેની દવા—મુલતાની માટી તોલા ૪ મમ્મ તોલા ૪ કલાકનો સફેદો તોલા ૪ મોરચુ તોલો ૧૦ એટલો જીરુસને વાટી વઝગાળ કરી પાણીમાં મેળવીને ક્યુતરનાપર અથવા મરઘીનાપર (પીજી)થી દિવસમાં ત્રણવાર સાત દિવસ સુંધી ચોપડે તો આરામ થાય છે.

૧૧ ખીતસ નાકમાં ચોપડવાની મસાની દવા છે. ચુનો તોલો ૧ મોરચુ કુલાવેલું તોલો ૧૦ હળદર તોલો ૧૦ પાપડીયોપ્પાર તોલો ૧ કંદુ તોલો ૧૦ કલાકનો સફેદો તોલો ૨ એટલો જીરુસને વાટી વઝગાળ કરીને પાણીમાં મેળવી ખીજાવતી દિવસમાં ત્રણ વખત ચોપડે તો આરામ થાય છે.

૧૨ ખીતસ નાકમાં ખોપરી બંધાય તેની દવા:—કાગરોરની હાલને ધીમાં કકાલી ધી માળી સેતું એ ધી નાકમાં નાખવાથી મટે.

૧૩ કંસર તોલો ૧ ગાયના ધીમાં ઉછળી રોજ તે ધીમાંથી થોડું ખાંચ ને નાકમાં ધી તેમાંનું નાખે તો આરામ થાય. એવી રીતે કે મંગરમાં ખોપરી બંધાતી હોય, સોડી પડતું હોય તે મટે.

૧૪ મંગરમાં ખોપરી બંધાતી હોય, સોડી પડતું હોય તથા નાક બંધાતું હોય તેની દવા—લીમડાનો પાલો તોલો ૧૦, હીરાદળ તોલો ૧૦, આયોપાનો તોલો ૧૦, ગાયનું ધી તોલો ૮, વજનનો પાલો તોલો ૧૦, નરગાનો પાલો તોલો ૧૦, ગોદારપથરી તોલો ૧૦, સર્પ રક્ત ધીમાં કકાલી માળી સેતું એ ધીનો નાસ લેવાથી ઉપરનાં દરદ મટે છે.

૧૫ મગજમાં ખોપરી બંધાતી હોય તેની દવા:-કાગેડોસની દાલ તથા બદામતું મગજ ધીમાં કઠકાવી ધી ગાળી લેષ નામ લેવાથી મટે છે.

૧૬ નાકમાં ખોપરી બંધાતી હોય તેની દવા છે. કેશર ટાંક ૧ દુધીતું મગજ ટાંક ૧૧ ગાયના ધીમાં કઠકાવી જુદુ રાખી ખાય તથા નાસ લેતો સાર થાય.

૧૭ નાકમાં ખોપરી બંધાતી હોય તેની દવા:-ધોળા મૂળનાં પાન ગાયના ધીમાં કઠકાવી લેષ લેતા નાકે નાસ લેતો તથા માંખણ અને તડતડીયા દીવેલાતું મગજ ધસી ચોપડે તથા મરી પાક ખાય તો સાર થાય.

### નાસુર.

૧. કારેલાં તથા તેનાં પાંદડાને ઝીણાં વાટી નાસુર ઉપર ચોપડવાથી રૂઝ વળે છે.

૨. ચમેલીનાં પાંદડાં, કડવી ધીસેડી, લીમડો, કડુ, દારૂ હળદર, હળદર, ઉપલસરી, મજીદ, મોરચુચુ, કલખાપરીયો, મીણ, જેડીમધ, કચુનનાં ખીજ, એ આપધોનો કદક કરી ચોપડવાથી ઝીણાં મોઢાવાલાં, મોઢાંમાં રહેલાં, આવવાળાં, ઉડાં, વેદનાવાલાં, તથા અંગોમાં ગતિ કરનારાં દરેક જ્વરનાં વૃણ મટી રૂઝ આવે છે.

૩. મજીદનો લેપ કરવાથી અથવા તેના કાઢાથી ધોવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

૪. લીમડાનાં પાન, ધડોતો લોટ અને તલને વાટી ચેપલી કરી બાધવાથી નાસુર ઉપર સારી અસર થાય છે.

૫. નારંગીનો ગળું રોજી નાસુરપર બાધવાથી નાસુરને જલદી રૂઝ આવે છે.

૬. કંપીવાને પાણીમાં ઘુટી લેપ કરવાથી નાસુર મટે છે.

૭. કાળા તલને ચાવી તેની ચેપલી બાધવાથી નાસુર રૂઝે છે.

૮. ચાર ૭ અઢવાડીયાં સુધી દીવેલ નાસુર ઉપર ચોપડવામાં આવે તો મટે છે. કિંવા તેના ઉપર દીવેલતું કપડું ચુકવાથી મટે છે. મસા પણ આ પ્રમાણે કરવાથી ખરી પડે છે. ખંતથી આ ઉપાય લાંબી મુદત કરવો જોઈએ.

### નાસુર ઉપર ઇંચેજી દવાઓ.

૧. એક ભાગ કારબોલીક એસીડ અને ચાલીસ ભાગ પાણી મેળવી પીચકારી મારવાથી નાસુરપર સારી અસર થાય છે.

૨. એક ભાગ કારબોલીક એસીડ વીસ ભાગ તલના મીઠા તેલ સાથે મેળવી તેની પટી મારવાથી સારી અસર થાય છે, તે રૂઝ આવે છે.

૩. ડોનાવોન સોલ્યુશન ૧૦ થી ૩૦ ટીપાં એક ઝાંસ પાણીમાં ધોવાથી નાસુર મટે છે.

### જાણવા યોગ્ય.

ધી મેક્નલ એન્ટીવેક્સિમેશન લીમના મેકેટરી સાહેબ તરફથી આ સાથે જાણેલા પત્ર પ્રમિદ થવા માટે આવેલો છે, અને તે હાલમાં લડન ખાતે પાલ્સિમેન્ટનું ઇન્ફેક્શન થવાનું છે તેથી પ્રજાવર્ગને તે જાણવા સરખો હોવાથી આ નીચે આવેલો છે.

તારી,

## An Earnest Word to Women Voters.

THE National Anti-Vaccination League desire to bring under the consideration of women voters the following points:—

(1) Morried women over thirty years of age whose husbands have votes, and all women over thirty who occupy premises in their own name, will have a vote in the next Parliamentary election, provided the register now being compiled is completed by that time.

(2) Many important questions will come before the nation then.

(3) It may be difficult for voters to decide which candidate to support.

(4) To enable you to do this you must decide which is the most important question involving the welfare of the race.

(5) No question can be of greater importance than that of your own and your children's health and liberty. Perhaps the gravest interference with paternal rights and personal liberty now outstanding is the State imposition of vaccination. Without a healthy body, other advantages are of little value.

(6) The call for a general revolt against medical tyranny is urgent. Doctors have been adding to the powers and privileges of their profession in nearly all countries during the last half-century. They work to crush all rival methods of healing and to destroy all those who have not gone through the orthodox schools of medicine. At the present time the main feature of the faith of the doctors is a belief in injections of all kinds. Although as regards vaccination their powers of compulsion have been greatly reduced, they are constantly regretting the neglect of the people to have their children vaccinated, and they seize every opportunity that present itself for imposing the operation on the ignorant and defenceless. Most of them would gladly bring back compulsion. Unless we have strong men in Parliament whom we can trust to watch over our liberties, we shall never be safe from medical tyranny.

(7) Vaccination involves the mixture of filthy animal diseased matter with human blood, and is, perhaps, the most loathsome and



dangerous practice ever imposed on the public by the medical profession. Many eminent medical men who have studied the subject for themselves have incurred the anger and revenge of their profession by warning the public against this superstition. These brave doctors have helped to save thousands of parents from having their children vaccinated; those parents should now show their gratitude by voting for the anti-vaccinist candidate, if there is one in the constituency.

(8) A candidate who will not promise to vote for freedom as regards vaccination cannot be trusted to support freedom in other directions. A candidate who does not know and will not study these matters for himself is not likely to study other matters when they come before him. Such a man cannot be trusted to safeguard the rights and liberties of the people.

(9) Anti-Vaccinist candidates deserve the support of (a) all mothers who want their children to grow up healthy and strong, and (b) all women who love children and who work to improve the lot of animals and to save them from unnecessary suffering. Child-welfare workers will realise that their efforts are largely frustrated if the babies have their blood poisoned and constitution impaired on the threshold of life. Opponents of vivisection will realise that to support and vote for believers in vaccination and inoculation is to help perpetuate the torture of animals, because the so-called calf lymph and the various serums and anti-toxins are mainly obtained by such means.

(10) The treatment of soldiers as regards vaccination and inoculation during the present war shows the need for representatives in Parliament who will work to give every man absolute freedom in these matters. Illegal pressure has been put on soldiers and only a few M. P.'s have been found to stand up for the men against the army doctors. If women want to help their husbands in their fight against vaccination, they must see that the men they put into Parliament are willing to help in the fight for freedom in medical matters.

(11) Therefore, every woman voter should question the candidates for her constituency and support only those definitely pro-

missing to vote for the entire repeal of the Vaccination Acts, the disestablishment and disendowment of vaccination and of all forms of inoculation, and the abolition of vaccination tests and regulations in all Departments of Government service.

(12) The Secretary of the National Anti-Vaccination League will gladly assist women voters willing to take political action in these matters.

On behalf of the Council of the N. A. V. L.,

25 Denison House,

(Miss) L. LOAT,

296 Vauxhall Bridge Road,

Secretary.

London, S. W. 1.



## ઉપરના ઇંગ્લેન્ડ પત્રની મતેલખ.

સ્ત્રી મત આપનારાઓને એક જાગરની સલાહ.

નેશનલ એન્ટીવેક્સીનેશન લીગ—મત આપનારી ખાનુઓને નીચેની જાણતો જ્ઞાનમાં રાખવા ઇચ્છા બતાવે છે.

૧. પરવેલી સ્ત્રીઓ જે ત્રીસ વરસની ઉંમર ઉપરાંતની છે તે જેના ધણીઓ મત આપનારા છે તેમને, અને અન્ય સર્વ સ્ત્રીઓ ત્રીસ વર્ષની ઉંમર ઉપરાંતની જેઓ પોતાની નામ ઉપર મીલકત ધરાવે છે તેમને જે હાલમાં જે રજીસ્ટર તૈયાર કરવામાં આવે છે તે પાલિમેન્ટનું ઇમેક્સન થતાં સુધીમાં તૈયાર થશે તે મત આપવાનો અધિકાર પ્રાપ્ત થશે.

૨. તે વખતે પ્રજા સમક્ષ ધણી અગત્યના સવાલો ઉઠા થશે.

૩. તે વખતે કયા ઉમેદવારને ટેકા આપી મત આપવો તે ધણી દલીલો યથા પડશે.

૪. આમ કરવાને માટે પ્રબળના કલ્યાણ માટે કયો સલાહ ધણી અગત્યનો છે તે તમારે નિશ્ચય કરવો પડશે.

૫. તમારી પોતાની અને તમારાં છોકરાંની તંદુરસ્તી અને સ્વતંત્રતા કરતાં બીજા કોઈ પણ સલાહ વધારે અગત્યનો હોઈ શકે નહિ. હાલમાં રાજ્ય તરફથી થીતલા કમ્પાન્ડનું વેક્સીનેશન ફરજિયાત રાખવામાં આવેલું છે તે માળાપના દક્ષ અને તેમની સ્વતંત્રતામાં ધણી આડે આવે છે, એક તંદુરસ્ત શરીર સિવાય બીજા કશું પણ કોઈ કોમલ વગરના છે.

૬. ડોક્ટરોના જીલમની સામે દરેક માણસે થવું તે ધણી અગત્યનું છે. ડોક્ટરો મયા પચાસ વર્ષથી દરેક દેશમાં પોતાના ધધાના અધિકાર અને હકોમાં ઉમેશ કરતા રહ્યા છે. તેઓ વેદક ચિકિત્સા II બીજી રીતોને દાખી દેવાને પ્રયત્ન કરે છે અને જે સંકુચિત વિચારની ખામત્ય ડોક્ટરી પદ્ધતિઓને અનુકૂળ રીતિઓ નથી હોતી તેનો નાશ કરે છે. હાલના વખતમાં ડોક્ટરો વિશ્વાસ દરેક જાતની રસીઓના ઉપચાર ઉપર વધારે ને વધારે બેસતો જાય છે. અને કે વેક્સીનેશનના સંબંધમાં તેમની ફરજ પાડવાની મતા ધણી ધટાડી દેવામાં આવી છે.

તો પણ તેઓ છોકરાંઓને બહીયા ટાંકવાની બાબતમાં લોકોને નિષ્કાળજી બતાવતા નોંધ લીધાગીર થાય છે, અને તેઓ પોતાને જે કંઈ તક મળે છે તેનો લાભ લઇને અમથુ અને બચાવ વગરનાં માથુસો ઉપર જીલ્લમ ચુલ્લરવાને સુકતા નથી. ડોક્ટરોમાંના ધણીખરા ફરજિયાત વેકસીનેશન માથુ દાખલ કરવાને માટે ઉત્સાહીત હોય છે. નવાં સુધી આપણી તરફના દ્રઢ વિચારના માથુસો જેઓના ઉપર આપણી સ્વતંત્રતા સાચવવા માટે બરોસો રાખી ચકીએ તેવા માથુસો પાલીમેન્ટમાં હોય નહિ ત્યાં સુધી આપણે ડોક્ટરોના જીલ્લમ સાથે સહીસલામત રહી શકીશું નહિ.

૭. બહીયા ટાંકવાથી પશુઓના શરીરમાંથી નિકળેલું ગંદુ પર બાળકોના નિર્મળ નીરોગ લોહીમાં બળે છે, અને તેથી પ્રજા ઉપર ધણી પિચારવા લાયક અને ભયંકર રીતની આ દવા ડોક્ટરોએ જોરજીલ્લમથી ટાંકી બેસારી છે. ધણી વિદ્વાન ડોક્ટરોએ આ વહેમથી દુર રહેવા જાહેર પ્રજાને ચેતવણી આપી છે અને તેમ કરવાથી તેમના ધંધા બાદબી તરફથી તેમને ત્રાસ અને પુષ્કળ હરકત કરવામાં આવી છે. આ બદાદુર ડોક્ટરોએ હજારો મા-બાપને પોતાનાં છોકરાંને રસીમાંથી બચાવવા મદદ કરી છે. એ માથાપોએ જે પોતાના પ્રમણમાંથી રસી વિરુદ્ધ દિમાયત કરનાર ઉમેદવાર હોય તો તેને પોતાનો મત આપી પોતાનો ઉપકાર બતાવવો જોઈએ.

૮. જે ઉમેદવાર આ બળીઆ ટાંકવાના કાયદાથી છુટાપણું મેળવવા માટે મત આપે નહી તેવો ઉમેદવાર બીજી બાબતોમાં પણ છુટાપણું વિશે મત આપે એમ માની શકાય નહિ. જે ઉમેદવાર આ બાબતોમાં કંઈ જાણતો નથી કિંવા અભ્યાસ કરતો નથી તે ઉમેદવાર બીજી બાબતોમાં પણ ખતથી અભ્યાસ કરશે એમ માની શકાય નથી. આવો માથુસ-લોકોની સ્વતંત્રતા અને લોકોના હક્કો જાળવી રાખશે એવો બરોસો પડતો નથી.

૯. બળીયા ટાંકવાની હિમાયત વિરુદ્ધ મત આપનારા ઉમેદવારોને પોતાનાં છોકરાંને મજબુત અને તદુસ્ત જોવા માગતાં માથાપોએ ટેકો આપવો જોઈએ. તેમજ સર્વ સ્ત્રીઓ જેઓ બચાવો તરફ પ્રેમ રાખતી હોય અને જેઓ જનવરોને વગર જરૂરીયાતની પિડાને દુઃખમાંથી બચાવવા માગતી હોય તેઓએ પણ ટેકો આપવો જોઈએ. છોકરાંઓનું હિત જાળવવા માટે દામ કરનારાઓને જાણી આવશે કે જે છોકરાંનું લોહી ઝેરી કરવામાં આવશે તે તેમના શરીરનો બાંધી સરવાતમાં બગાડવામાં આવશે તો તેમની બધી મહેનત નકામી જશે. જીવતાં પ્રાણીઓ ઉપર પાતકી વાઠાપના પ્રયોગો કરવાની તીવ્રશોકચન વિરુદ્ધ મત આપનારાને જાણીશે કે વેકસીનેશન અને કોઈ પણ જાતની રસીની પદ્ધતિની તરફેણમાં મત આપવો એ જનવરો ઉપર થતી કુરતા કાયમ કરવામાં મદદ કરવા જેવું છે. કારણ કે આવી રસી અને બીજાં સીરમ્સ મુખ્યત્વે કરીને આવાજ ઉપાયોથી બતાવવામાં આવે છે.

૧૦. હાલની હાડખમાં સોલજરો ને લશ્કરીઓ તરફ વેકસીનેશન અને ઇનજેક્શનની બાબતમાં જે વર્તણૂક ચકાવવામાં આવેલી તે બતાવી આવે છે કે પાલીમેન્ટમાં આવી બાબતમાં તદન સ્વતંત્રતા આપવામાં આવે એવું કરનારાઓની જરૂર છે. લશ્કરી સીપાઇઓ ઉપર ગેરકાયદે દબાવુ કરવામાં આવ્યું છે અને ધણી યોડજા પાલીમેન્ટના મેમ્બરો લશ્કરી ડોક્ટરોની વિરુદ્ધ લોકોની મદદમાં ઉભા રહ્યા છે-જે બેરીઓ પોતાના ક્ષત્રીને વેકસીનેશન વિરુદ્ધ હાડત અગ્રાવવામાં મદદ કરવા માગેલી હોય તો વૈધથીય બાબતમાં

સ્વતંત્રતા મેળવવાની ક્ષરતમાં મદદ કરવા જે લોકો ખુશી હોય તેવા લોકોને પાલ્લભિન્દમાં આવવા દેવાની તજવીજ કરવી જોઈએ.

૧૧. તેટલા માટે દરેક ધૈરી મત આપનારે જે ઉમેદવારો વેકસીનેશનના કાયદા રદ કરવા તથા ઈનજોઈડસેશનને કોઈ પણ રૂપમાં રહેવા ન દેવા તથા ગવર્નમેન્ટના દરેક ખાતામાં જે વેકસીનેશન બાબતની પરીક્ષાઓ ને કરાવેો રદ કરવાનું જોખ્યુ વચન આપે તેવા ઉમેદવારોનેજ મત આપવાની તજવીજ કરવી જોઈએ.

૧૨. આ બાબતમાં જે ધૈરીઓ મત આપવાની બાબતમાં રાજદારી હીલચાલ કરવા ખુશી હશે તેમને ધી નેશનલ એન્ટીવેકસીનેશન લીગનાં સેક્રેટરી મદદ કરશે.

નેશનલ એન્ટીવેકસીનેશન લીગની કૉન્સીલ તરફથી,

૨૫, ડેનીશન હાઉસ

વોક્ષહોલ, ધ્રીન્સરોડ.

લંડન એસ. ૭૫૨૫ ૧.

( સહી ) મીસ એલ. લોટ,  
સેક્રેટરી.

## ઓપરેશન અથવા વાટકાપ.

સંપ્રતિકાળમાં કેટલાક ડોક્ટરોમાં ઓપરેશન કરવાની ઘેલછા એટલી બધી વધી ગઈ છે કે કેટલીક વખત દરદીની પુરી પરીક્ષા કર્યા સિવાય તેના ઉપર ઓપરેશન કરવામાં આવે છે. અને પરિણામે તેના ઓપરેશનથી દરદીનાં મરણ પણ થએલાં જોવામાં આવે છે. આમ થવાનું દારણ કાં તો તેમની પરીક્ષા કરવાની જૂલ કે દ્રવ્યનો લોભ એ સિવાય બીજું કંઈ જણાતું નથી. આ વાતનો તંત્રીને પણ અનુભવ ચએશે છે. યોગ્ય વખતપર મારી એક દોક્ટરને પેટના બાગમાં કંઈ દર્દ થયું હતું. અને તે દરદી સારવાર ઓ ડોક્ટરથી ચરી જોઈએ એવો તેના સાસરાના પક્ષનો અભિપ્રાય થયો. અને તેની સારવાર એક નિદ્રાને ઓ ડોક્ટર પાસે કરાવી હતી. પંદર વીસ દિવસની સારવાર પછી તેમનો એવો મત થયો કે તેને એપેન્ડાઈસાઈટીસ ( Appendicitis ) એટલે આંત્રપુચ્છનો સોનો છે એમ તેનો મત થયો હતો. અને જો એ જોએ ઓપરેશન જલદી કરવામાં નહિ આવે તો તે મોતને પ્રાણપાતક થઈ પડશે. માટે જેમ જાને તેમ મીરજ જઈ ત્યાંના બાહોશ ડોક્ટર પાસે જલદીથી ઓપરેશન કરાવવા તે બાઈએ મને તથા ડો. મહાદેવપ્રસાદને સલાહ આપી હતી. પરંતુ અમે એવું જોખમકારક ઓપરેશન કરાવવાના મતથી તદ્દન વિરુદ્ધ હતા. અને “ એપેન્ડાઈસાઈટીસ ” સંગ્રહિ અમે એક લેખ પણ ધન્યન્તરિમાં લખ્યો હતો તેથી દરો તેમને કંઈ પણ દા ના તો કિતર ન આપનાં અમે અમાગ મકાને આવ્યા હતા અને એ પરીક્ષા કેટલા દરજ્જે ખરી છે તે જોવા માટે ખીન્ડ સારા વિદ્વાન ડોક્ટરોથી પરીક્ષા કરાવી હતી જેમાં તેઓનો અભિપ્રાય એવો થયો કે તેને એપેન્ડાઈસાઈટીસનું દરદ બીલકુલ નથી. તે પછી અમે તેની નેચરોપધીની રીતે સારવાર કરી અને તેને તે જે દરુ થતું હતું તે તદ્દન મટી ગયું. મને જે ત્રણ કેમોમાં અનુભવ થયો છે કે તે

ઓપરેશનો સારા વિદ્વાન ગણ્યાતા ડોક્ટરોએ કરેલાં છતાં તે દરદીઓનાં મરણ પશુ નીપજ્યાં હતાં.

ગત દીવાલીના દિવસોમાં મને ડાબી બાજુના જડબાની દાદમાં સકત દરદ થવા લાગ્યું અને દાદ પશુ હાલવા લાગી અને તે દાદ પશુ ખીજ દાદોની સપાટીથી ઉંચે આવેલી મને જણાઈ અને કેટલીક વખત વિચાર આવતા કે આ દાદ ખેંચીને કાઢી નખાવવી પરંતુ ફરી એવો વિચાર આવતો કે તે કામ અકુશરતિ છે અને વખતે દાદ ખેંચીને કાઢી નખાવવાથી બચકર દરદ થાય તો શું કરવું? એમ ધારી ઉના પાણીના કેળળા વગેરે ઉપચારો કરીએ. આઠ દસ દિવસ કાઢ્યા હતા. ગઈ દીવાલીના દિવસોની રમઝામાં હું અમદાવાદ ગયો હતો અને ત્યાં એ દાદના દરદ માટે વિદ્વાન ડોક્ટરની સલાહ પ્રમાણે વર્તવાનો મેં નિશ્ચય કર્યો અને હું તુરત અમદાવાદમાં ત્રણદરવાજા નજીકમાં દાંતના કામમાં અતુલની અને વિદ્વાન ડોક્ટર ગીમીને મેં મારી દાદ બતાવી. તેઓએ મારી દાદની શાન્તિથી પરીક્ષા કરી અને મને અભિપ્રાય આપ્યો કે જો કે આ દાદ હાલે છે ને તમને દુઃખ થાય છે પરંતુ પાડવાની જરૂર નથી અને હું તેનો ઉપાય કઈ છું કે જેથી તે પ્રથમ જેવી થશે. તેમણે ત્રણ દિવસ મારી દાદ માટે ઉપાય કર્યા અને અંદરનો કઢોનો ભાગ ઘોઘ નાખી સાફ કરી તેનો ખોડો પુરી નાખ્યો. અને ચતુર્થ દરદ નાણું કર્યું. હવે તે દાદ પૂર્વ સ્થિતિમાં આવી છે અને તેના વડે ખોરાક ચાલી શકાય છે, તેથી હું તેમને જોડેલા ધન્યવાદ આપું તેટલો કમી છે. આણું જમાનામાં મેં ઘણા માણસોને દાંત હાલ્યા ને તેમાં દરદ થવા લાગ્યું કે ડોક્ટરને ત્યાં જઈ તેને ખેંચી બહાર કઢાવી નખાવતાં જોવા છે. અને તેમ દેશવાથી આજુબાજુના દાંતનો ટેકો જવાથી તે પશુ હાલવા લાગે છે ને તેને પ્રથુ પડાવી નાખે છે. અને ત્રીસ પાંત્રીસ વર્ષમાં ઘરડા ડોસા જેવા અને બેસી ગએલા જડબાવાળા બની પછી કૃત્રીમ દાંતોનાં ચોક્કાં બનાવે છે. જહાપણ આબો માટે દાંત તો પડેજ એવી પ્રજા વર્ગની ગેરસમજ થએલી છે. દાંત હાલવાનું યુખ્ય કારણ ચરેણક્રિયાનો અભાવ અને તેને બરાબર સાફ ન રાખવાથી તેમાં ખોરાક ચોટી રહી ચતું કઢોવાણું છે. આવા દરદ વખતે અવિચારી કૃત્યથી દાંતો પાડી ન નખાવનાં પૈસાના લોભી ન હોય તેવા ડોક્ટરની સલાહ લેઈ પછી ના છુટકે પાડી નખાવવા જોઈએ. મારી ઉમર જો કે હાલ હાસકં વર્ષની થઈ છે તો પશુ મ્હારા દાંત અને દાઢો કાપમ છે અને તેના રક્ષણ માટે હમેશાં હું સાવચેત રહું છું. કુદરતે દરેક પ્રાણીને જો જો અવયવો આપ્યા છે તે ઘણા જરૂરના અને અત્યંત ઉપયોગી છે, છતાં તેના નાશ અવિચારીપણથી કરવો એના જેવું એકે મૂખાંધમરેણું કામ નથી. વાઢકાપ કરવાની વિદ્યા કંઈ નિષ્પયોગી નથી પરંતુ તેનો ઉપયોગ એવા પ્રસંગે કરવાનો છે કે તેમ કર્યા વગર બીજો ઇલાજ નજ હોય ને ન કરવામાં આવે તો હાંદગી જોખમમાં આવે તેમ હોય. ઓપરેશન એવું ચરારાગ માસિકના વિદ્વાન અધિપતિએ ચરારાગ માસિકમાં લખેલો લેખ ઉપયોગી હોવાથી તે આ નીચે દાખલ કરવામાં આવ્યો છે.

હોં સારાં કરવા માટે હમણાં ડોક્ટરોમાં “ ઓપરેશન ” એટલે વાઢકાપ કરવાની રીતની યેલછા એટલી ગંધી વધી ગઈ છે કે; જરા જરામાં તેઓ દર્દીઓને વાઢકાપ કરવા મંડી જાય છે. વૈદકવિદ્યાને લગતાં સાહિત્યમાં દિનક્રમતાં એ પ્રાચીનતા જે ભોપાળાં બહે રમાં આવે છે તે જો સામાન્ય લોકોની જાણમાં આવે, અને લોકો જો વૈદકીય છુટાપણાનો પોતાનો કંઈ સમજવાં થાય, તો ઉત્તરેણું કામ બંધ પડે, અને ડોક્ટરોની ચોટી કુમાઈ આછી થાય. શ્રીહારેશ્વીવાની હોસ્પીટલ એમોસીએશનની વાર્ષિક કોન્ફરન્સમાં રો. જૈન જે.

બોમેન, એમ. ડી., અમેરીકન કૉલેજ ઓફ સર્જન-સના ડાયરેક્ટર, એક બાષણ કરવાન બોલ્યા હતા કે-

“There are too many operations performed in hospitals. Many are conducted by physicians who are not qualified to use the knife; and in many cases operations are performed before a proper diagnosis is made of the case. . . . I found that too many operations performed were unnecessary, but in determining the causes I found that they were performed because the doctors and hospitals were afraid that if they did not perform the operations somebody else would, and that they would lose the fees.”

સાર એ કે, “હૉસ્પીટલોની અંદર હમણાં ઘણાંજ ઓપરેશન્સ કરવામાં આવે છે. તેમાંનાં ઘણાંક તો એવા ડૉક્ટરોથી કરવામાં આવે છે કે જેઓમાં નસ્ટર વાપરવાની પછું લાપકાત હોતી નથી. અને ઘણાંક કેસોમાં તો દર્દની પાછરી પરીક્ષા કીધા વગરજ ઓપરેશન કરવામાં આવે છે....મને માલમ પડ્યું છે કે, ઘણાંક ઓપરેશન્સ વગર જરૂરે કરવામાં આવ્યાં હતાં. વળી તેમના સખખો શોધતાં મને માલમ પડ્યું કે તે ઓપરેશન્સ ફક્ત એટલાજ માટે કરવામાં આવ્યાં હતાં કે ડૉક્ટરો અને હૉસ્પીટલોને ગિહીક હતી કે તેઓ જે તે ઓપરેશન્સ જતાં મુકશે તો કોઇ ખીજું તે કરશે, અને તેથી તેમની શી જતી રહેશે!”

વળી એક વિના કારણે કીધેલાં ઓપરેશન માટે આ લક્ષા ડૉક્ટર જણાવે છે કે:-

“I asked the surgeon why he performed it before making a proper diagnosis, and he replied that if he had not performed it when he did, some other surgeon would have stolen the case.”

“તે ડૉક્ટરને જ્યારે મેં પૂછ્યું કે જરાજર દર્દની પોઝન ક્યાં વગરે શા માટે તેણે તે ઓપરેશન કીધું, ત્યારે તેણે જવાબ દીધો કે જે વખતે તેણે તે ઓપરેશન કીધું, તે વખતે તે નહીં કીધું હોત તો કોઇ ખીજો સર્જન તે ચોરી જાત!”

જે દેશમાં જાહેર મત છુટ્ટી બહાર પડે છે તે દેશની આ ખીના છે, જે દેશમાં છુટ્ટા-પણાને લીધે રસી અથવા ઓપરેશન માટે આમમચથી દર્દી અથવા તેના વાલીની પરવાનગી લેવામાં આવે છે તે દેશની આ દહીકત છે. પણ દિંદમાં જ્યાં લોકોને મોટો ભાગ પોતાની ફર્યાદ જાહેર કરી ચકતો નથી, ત્યાં ડૉક્ટર સહેલો શું કરતા હશે, તે સહેજે સમજી શકાય છે. ચોલાજ વખત ઉપર અમેરીકાની એક પ્રખ્યાત સ્ત્રીકવિ એલ્લા બીલર વીલકોક્સે એક આર્ટીકલમાં જ્યારેના વગેરેના ઘણાંક એવા દાખલા રજુ કીધા હતા કે, જેમાં દર્દીઓને ડૉક્ટરોએ ધારતી આપી હતી કે જે તેઓ ઓપરેશન નહીં કરાવશે તો તેઓ ચોલા વખતમાં મરી જશે, પણ ખીજી ચિકિત્સા કરાવતાં આ સવળા કેસો વગર ઓપરેશનથી સારા થયા હતા; અને તે માણસો દજી લાંબાં આયુષ્ય જીવે છે. વધુમાં એ કે જ્યારે ઓપરેશન અને રસીની મદદ લીધેલાં મનુષ્યોની જીવનશક્તિ (vital power) નજીબી પડે છે, ત્યારે ખીજા ઉપચારોથી સારા થયેલાં માણસો વધારે સારી આરોગ્યતા ભોગવે છે. ટું એમ નથી કહેવા મોંઘનો કે સવળાજ ઓપરેશન્સ નિરર્થક અને વગર જરૂરનાં છે-મારી કહેવાની મતલબ એ છે કે, ડૉક્ટરોમાં હમણાં જે રોવગ ફેલાયતી છે તે ઉપર કોઇ ગતિને અટકાવ પડે એકજી.

પ્રુફ એક ડૉક્ટર કેટલાક દાખલાઓ આપે છે તે જાણવા જોઈ છે:-

“ એક દિવસે એક છુટી જાણ હાંફતી હાંફતી મારી ઑરીસમાં આવી, અને જિહ્વા કુખમાં બોલી કે, “ મારા પ્રુફ ! હવે હું છુટી ” ! તેના ગમરાટનું કારણ અને નીચે સુખ્ય માલમ પડ્યું. એક સોજે તે બાંધ સારવાર માટે એક હૉસ્પીટલમાં ગઈ. બીજી સડવારે તેણે પાસેના ઑરડામાં એક ડૉક્ટર અને નર્સ વચ્ચે વાલ સાંભળી કે તેઓ તેના ઉપર ઔપરેશન કરવા હુમલુમ વાલ કરતાં હતાં, અને તેની કબુલાત પ્રુફના વગર તેઓએ તેમ કરવાનો હુકમ કીધો હતો. આ છુટી એક વિધવા હતી, અને તે કાંઈક જમીન પરાવતી હતી. પાછળની વિગતોથી સાબીત થયું કે, ડૉક્ટર સાહેબે આ હકીકતથી લક્ષ્યાધને ઔપરેશન કરવાનો હુકમ કીધો હતો. માંદી માંદીએ તેણીએ પોતાનો જે કાંઈ સામાન હતો તે એકઠો કરી હૉસ્પીટલમાંથી પોતારા માખ્યા ! તપામ કરતાં માલમ પડ્યું કે તેના આંતરડાનો ઉપરો ભાગ (cecum) ઝંસથી બંધ થઈ જવાથી બીજી દરકત થવાથી તેણીને દુઃખ થતું હતું. મેં તેણીને એક નર્સ સાથે એક હોટેલમાં મોકલી, જેણે તેના ઉપાય કરી યોગ્ય કેલાકમાં તે વિધવાનું દુઃખ દૂર કરી દીધું. તેજ દિવસે જાપોર પહોં તે અને સલામ કરવા આવી; કારણ તે તદ્દન સારી થઈ પોતાને ધર જતી હતી.

એક બીજો દાખલો એક મધ્યમ ઉમરની જાણનો હતો. એક ડૉક્ટરે તેને સલાહ આપી કે તેણે તુરતા તુરત ઔપરેશન કરાવવું, કારણ તેનાં આંતરડાંમાં છિદ્રો ખોલાં છે. આ સલાહ આ આખના પતિના પૈસા સંબંધી હાલત પ્રુફના પત્ની આપવામાં આવી હતી. સારે નરીજી આ સલાહ તેણે માની નહીં, અને બીજા ડૉક્ટર પાસે તેઓ ગયાં આ કેસમાં હસ્તાન અટકાવવાથી આ જાણના મર્મોચપમાં લોહીની ગાંઠ (રક્તાપરોધ) જાડી ગઈ હતી. તેણીને સાધારણ ઉપાય કરવાથી તે યોગ્ય વખતમાં સારી થઈ હતી. જે ડૉક્ટરે ઔપરેશન કરવાની સલાહ આપી હતી તે કામમાં વખલુાયસો હોવાથી, આ આખનો વિશ્વાસ સંવળા ડૉક્ટરે ઉપરથી છડી ગયો !

એક વધુ દાખલો: મારો એક મિત્ર મેથડીસ્ટ પંથનો વાચક કરનાર હતો, તેણે નીચલી હકીકત કહી:-તે એક ડૉક્ટરનો અજીજ દોસ્ત હતો. એક દિવસે આ એક મિત્રો નીચલાં આંતરડાંના વરમ (appendicitis) ઉપર પાદવિવાદ કરતા હતા. ડૉક્ટરે જોશ્વિ: “સામાન્ય રીતે જે દાવો કરવામાં આવે છે તેટલો પ્રચલિત આ રોગ નથી. મેં જોયો ઔપરેશન કીધાં છે, તેમાં માત્ર ૧૦ ટકા ખરા કેસો હતા.” જ્યારે તેને પ્રુફમાં અ.બુધું કે, આ બીજા ઔપરેશન કીધાં આગમ્ય તે જાણતો હતો કે ? ત્યારે તેણે જવાબ દીધો કે, હા, તે જાણતો હતો. “ જ્યારે તમે જાણતા હતા ત્યારે તમેએ તે છતાં એટલાં જધાં ઔપરેશન નાહકનાં શા માટે કીધાં હતાં ? ” તુરત નફટ જવાબ મળ્યો કે, “ કારણ, જે તે ઔપરેશન મેં ન કીધાં હોત તો કાંઈ બીજું કરી જાત ! ” લાંબા વખતની એક મિત્રાચારીનો આચ્છાંતા છોટા આવ્યો. દર આતવારે, પેલા ડૉક્ટર સાહેબ દેવલમાં દરજ્જા પ્રમાણે આગમ્ય બેઠક ઉપર બેસે છે, અને જ્યારે તેના મિત્ર પાદરીએ તેની ઉપરનો વિશ્વાસ ખોલ્યો છે, ત્યારે ગામના લોકો પોતાના “ ફેમીલી ડૉક્ટર ” તરીકે તેને માન આપે છે !

આ દાખલો રમુજ છે. એક દિવસે એક જાણ પોતાની માતા સાથે મારે ત્યાં આવી. તેની માતાએ કહ્યું કે તેઓ એક હૉસ્પીટલમાં ગયાં હતાં, જ્યાં એક બહુ રમુજ બનાવ

ખાઓ. જીવાન બાઈ એક સરખાની શોધમાં હતી, જે તે તરફ બહુ પડાવેલો હતો. આ ડોક્ટરે બાઈને સલાહ આપી કે તેણીએ તુરત ઓપરેશન કરાવવું, કારણ તેણીને આંતરડાંનું દર્દ છે. યુદ્ધી માતાએ જવાબ દીધો કે, “જે તો અજબ વાત થઈ. એમ કંઈ બને નહીં, કેમકે મારી દિકરીનું વધારાનું આંતરડું તો બે વરસ થયાં કાઢી નાંખેલું છે.” ડોક્ટર પોતાની બૂલયી ગમરાટમાં પડ્યો અને તુરત પોતાના એક ભાગીયાનો હવાયો આપ્યો. તેણે જણાવ્યું કે “મારો ભાગીયો દરદાની પીછાન વધારે સરસ કરે છે, તમો તેની સલાહ લ્યો.” આ મુજબ તેની સલાહ લીધી. તે બોલ્યો, “બાઈ, તમારી જમણી ‘ઓવેરી’ બહુ ધાસ્તી જરેલી રીતે સુલ્લ આવેલી છે અને જે તુરત ઓપરેશન નહીં કરાવશો તો ખીન અડવાલીસ કલાકમાં તો તે તમારો જીવ કમળ કરશે.” પેલાં યુદ્ધાં ડોસી કાવર્ષા અને હસમુખાં હતાં. તેઓએ પુછ્યું ડોક્ટર સાહેબ, જે એક ‘ઓવેરી’ કાઢી નાંખી હોય તો ખીજ નવી ઉગે ખરી કે ?” ડોક્ટર બોલ્યો. “હવે પછી તેણીને તે બાબતની કદી પણ કાંઈ દરકત થશે નહીં.” ડોસી બોલ્યાં, પણ, ડોક્ટરજી, જ્યારે મામલો એમ છે ત્યારે તમો મારી દિકરીની જમણી ઓવેરી કાઢી ચકરો નહીં; કારણ તદ્દન ખુલ્લું છે કે તેણીનું એ અવયવ છેજ નહિ; જ્યારે પેલું આંતરડું કાઢી નાંખ્યું હતું ત્યારે જમણી ‘ઓવેરી’ પણ કાઢી નાંખી હતી.” આ બાઈને હમેસ હતો, જે પાંચેક મહીનાનો હતો. તે ખીન ભાગ ઉપર દબાણ કરવાથી તેને દુઃખ થતું હતું. પણ મારી સારવારથી તે તદ્દન સારી થઈ અને થોડા વખતે તેણીએ એક કન્યાને જન્મ આપ્યો.

ડોક્ટરો માટે આપણે માન ધરાવીએ છીએ. પણ સપખાજ ડોક્ટરો સરખા હોતા નહીં, તેથી ડોક્ટરોની પસંદગી કરતાં સંભાળ રાખવાની જરૂર છે.

મજકુર ડોક્ટર કહે છે કે, એક સર્જનનો તેના ઉપર કોપ હતો તેણે અને વિના કારણે કોર્ટમાં ધસાડ્યો; ત્યાં એક ગૃહસ્થે સાક્ષી આપી કે તેની ઓરતને “ઓપરેટીંગ ટેબલ” ઉપર પેલા અદેખા સર્જને મારી નાખી હતી. તે કેમ તે જુઓ:—“સર્જને ટોફી ટોફીને કહ્યું કે મારી ધણીયાણીને ગાંઠ ચપલી હતી પણ તે કાઢવા માટે જ્યારે ઓપરેશન કરવામાં આવ્યું ત્યારે બચબીટ રીતે માલમ પડ્યું કે તે ગાંઠને જાહે એક તાણ્વોડ કરતો પાંચ મહીનાનો ખીસેલો ગર્ભ હતો! તે છતાં આ સર્જન સહેરમાં કીર્તિ ખાટે છે!”

[જ્યારે આ બાબત લખતો હતો ત્યારે મારા સાંભળવામાં એવું આવ્યું કે મુંબઈમાં એક બેડારા બાઈને એજ મુજબ એક “ગાંઠ” જણાવાથી એક ગોરા ડોક્ટરની સલાહ લવામાં આવી; જેણે ગાંઠ જણાવી ઓપરેશન કરવા જણાવ્યું. સારા બાજે આ બાઈને ડૉ. માસીનાની દોરખીટલમાં લઈ જવામાં આવી, જ્યાં ડૉ. દોરખમજીને સઠ પડવાળી તેણીને પેડાંક અડવાડીયાં દોરખીટલમાં રહેવા જણાવ્યું; જ્યાં તેણીની સાધારણ સારવાર ચાલુ રાખી, અને છેવટે પરિણામમાં પેલી “ગાંઠ” ખાસી મળેલી એક ખીસેલાં બાળક રૂપે બહાર આવી! જે પેલા ગોરા ડોક્ટરનું કહ્યું ખરું માનત તો પરિણામ થુ આવત તે સમજી શેવું કહીન નથી.]

પેલા ડોક્ટર કહે છે:—એક વેળા મારા એક મિત્ર સર્જને અને એક “ઓપરેશન” જેવા બોલાવ્યો. આ કેસ એક ૧૧ વર્ષના બાળકનો હતો. તેને appendicitis એટલે વયમૂર્તનાં વધાગનાં આંતરડાંનો ચોળે ધારેશમાં આવતો દનો. જ્યારે તે કમનાસે હેઠરાને ઓપરેશન માટે નાંખેા કરવામાં આવ્યો ત્યારે તેના પેડુ ઉપર એક ચુમકુ અને માલમ પડ્યું.



જે ઉપર મેં તે સર્જનનું ધ્યાન ખેંચ્યું. તેનો મદદનીશ સર્જન જે એક છેદ પાડવાની તૈયારીમાં હતો તે આનાકાતીથી અચકાયો, પણ મારી ઓળખાણવાળાએ આંખ મારી. ઓપરેશન તો બહુ ચાલાકીથી બનાવ્યું, અને એક વધારાનું તનદરોસ્ત આંતરડું દુર કીધું ! ઓપરેશન કીધા પછી મારા મિત્રે કહ્યું, “ મરીમ બીચારા છોકરા ઉપર સખ્ત હુમલો થયો હતો. ” મારા જવાબમાં એક પહોરોણાએ જે સમ્યક્તા જાળવવી જોઈએ તે હદ મેં કુદાવી, અને મેં જવાબ દીધો, “ હા, તે બીચારા ઉપર સર્જનના નસ્તરનો એક જંગથી હુમલો થયો હતો ! હું આશા રાખું છું કે તે બીચારાનું જે આંતરડું તમે પચાવી પડ્યા છો તે વિશે તે જલદી વિસરી જાય તો સારું. ” આ પછી મારા મિત્ર સર્જન સાથેનો મારો વેદવાર બંધ પડ્યો !

આ બહા ડોક્ટર એક બીજા ડોક્ટરની લુચાઈ જાહેર કરે છે જેણે યુક્તિથી એક હજાર ડૉલર પોતાના ગળામાં સેરગ્યા હતા અને તે સેકેલાઈથી મેળવવા માટે બકાઈ મારતો હતો. જ્યારે તેને પુછવામાં આવ્યું કે સેકેલાઈથી કેવી રીતે મેળવ્યા, ત્યારે તે સર્જન જવાબ દીધો કે “ મારા એક મિત્રની દીકરી બીમાર હતી તેને માટે મારી સલાહ લેવામાં આવી, અને મેં ‘ આંતરડાનો સોળો ’ પારખ્યો તેથી તે બાપે અને એક હૉસ્પીટલમાં ઓપરેશન કરાવવા સાથે બોલાવ્યો, પણ મેં રોકાણને બદલે ના પાડવાથી, અને તે છોકરી તે હૉસ્પીટલ સુધી પોહોચશે પણ નહીં એવી ધારતી આપ્પાથી, તેણે તે કેસ મનેજ સોંપ્યો. આ છોકરી ઉપર ઓપરેશન કરવામાં આવ્યું, કેસ તો ધારતી ભરેલો ન હતો, અને તે બાક પેલી હૉસ્પીટલ સુધી પેહોંચીતી હતો, પણ હાલ દુરત તો હું ધાઈ છું કે મને તકાલે પડ્યો ! ”

એક જુવાન આદતે બાળપણથી પિત્તનો હુમલો થતો હતો. તે જિવિષમાં બહુ આશા આપનારી બાઈ હતી. થોડા વખત ઉપર તે એક ઘિસકના ઓદા ઉપર સીટલ શહેર જવા નીકળ્યો-પણ તેણી એક કૉફીનમાં સુતી ! ધર બહાર જતાં તેણીને પિત્તનો એક હુમલો થયો, અને કોઈ સલાહ માટે આગળ ન હોવાથી તેણીએ એક સર્જનનો આશરો લીધો, જેણે તેણી ઉપર ઓપરેશન કીધું, અને મિચારી થોડામાં જઈ સુતી ! આ મુજબ માણસોને વગર મોતે મારી નાખવાને કેટલાક “ ડોક્ટરો ” અને “ સર્જનો ” લાઇસન્સ ધરાવે છે, તેથી માણસોનાં ખૂન દરવા માટે તેઓને કોઈ પુત્રી ચકતું નથી !

ESCULAPIOS.

## ઈન્કુબેન્સા.

આ રોગ મનંધે મેં આ માસિકમાં એક સ્ત્રી વિસ્તારથી લખ્યો છે. પરંતુ તે રોગ હિનિયાના ઘણા ખરા બાગમાં થી રીતે થયો અને ઇન્કુબેન્સાના જંતુઓ એકદમ આખી પૃથ્વીમાં શો રીતે ઉત્પન્ન થયા અને તેનો નાશ કેવી રીતે થયો એ સંબંધે જંતુવિદ્યાના શોધકો સતોવધારક ખુલાસો કરી ચકતા નથી જંતુઓથી આખું વિશ્વ ભરેલું છે. જંતુઓ મનુષ્યજાતનું પ્રજાજી કરનાર નથી પરંતુ રક્તચુ કરનાર છે એવો વિદ્વાન ડોક્ટરોનો અભિપ્રાય છે. કારણ જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થયા પછી શરીરમાં ભેગાં થએલાં નાશકારક

તત્ત્વોને બહુથુ દરી જઇ પોતાનો પ્રાણાર્પણ કરે છે. તેથી તે રક્ષક હોવાનો કેટલાક સમર્થ વિદ્વાનો દાવો કરે છે. મનુષ્ય જાત જ્યાં સુધી કુદરતના કાયદાને સમજશે નહિ ત્યાં સુધી આવા અનેક રોગોની ભોગ થઇ પડવાનો સંભવ છે. આવા રોગો કૃત્ત્રણ થવામાં આકાશમાં રહેલા સૂર્ય, ચંદ્ર ઇત્યાદિ ગ્રહોનો કેટલો જોધો નિકટનો સંબંધ છે તે જાણત વિદ્વાન શોધકો શોધ કરી રહ્યા છે અને પોતાના વિચારો પ્રજા આગળ મુકે છે. ચેરામ માસિકના વિદ્વાન અધિપતિએ આ સંબંધમાં એક ઉત્તમ જાતનો હાલની શોધખોળનો લેખ લખેલો પ્રજા વર્ગ આગળ મુક્યો છે તે ધણો ઉપયોગી હોવાથી અમે નીચે દાખલ કર્યો છે.

“ When the planets

In evil mixture, to disorder wander,

What plagues! and what portents! what mutiny!

What raging of the sea! shaking of the earth!

Commotion of the winds! ”—*Shakespeare.*

“ જ્યારે ગ્રહોના ખરાબ યોગ થાય છે, અને છુરા અતુલ્યમાં તેઓ ગોઠવાય છે, છે, ત્યારે કેવી મરડીઓ! કેવી આફતો! કેવા જાગરા! કેવાં દરિયાઇ તોફાનો! ધરતીકંપ અને વટાણીયા થાય છે! ”—

— શેકસ્પીયર.

આજની વિદ્યાએ મુકરર કાયદો એક નિયમ “ કારણ અને પરિણામ ” ( Cause and Effect )નો છે. સાયન્સનો એ સિદ્ધાંત તમામ જગતને લાગુ પડે છે. કોઇપણ પરિણામ તેની આગળ થઇ ગયેલા કારણ વગર હોતું નથી. જડે કે સદ્ગત તમામ હસ્તી માત્રને એ નિયમ લાગુ પડે છે, અને તેટલા માટે દરેક જાણતું કારણ શોધવું, એ આજની વિદ્યાનો તરિકો છે. આ તરિકાનેજ સાયન્સની હાલની ચમત્કારી શોધો આભારી છે.

સાયન્સની જુદી જુદી શાખાઓમાં આ સામાન્ય નિયમ એક સરખી રીતે લાગુ પાડવામાં આવે છે. ખીજી શાખાઓ સાથે આપણાં હાલના વિષયને દરો સંબંધ નથી, માટે તે આપણે જાણુએ રાખીશું. આપણી જાનઃ દુઃખ દોષને લગતી છે, અને તેને લગતી તબીબી વિદ્યામાં આ નિયમ કેટલે દરજ્જે કામ કરે છે, તે માત્ર આપણને જોવાનું છે.

હેલ્થી ચરધી સદીમાં તબીબી વિદ્યા ઘણી આગળ વધી છે, એટલુંજ નહિ, પણ તેની જુદી જુદી શાખાઓ પૈકી પ્રકટ થઇ છે, અને આ માસિકના આગલા અંકમાં જણાવ્યું તેમ તે એલેપેથી, હોમીઓપેથી, જાયો-કેમીસ્ટ્રી, હાઇડ્રોપેથી, કોમોપેથી વગેરે અનેક શાખામાં વહેંચાઇ ગઇ છે. આમાંના કેટલાક શાખો હજી પુરતો ફાવો પામ્યા નથી, કારણ આજના વિજ્ઞાનક જમાનામાં માણસ જાતની ધીરજે પણ વિજ્ઞાનક કડપ લીધી છે, અને જે ધીરજ દુઃખ દોષને વિજ્ઞાનક કડપે સારી દરજ્જા દાવો કરે, તે વડું પસંદગી પામે છે. આવી વેળાએ કુદરતનો એક અચળ નિયમ જુદી જગ્યામાં જાને છે-કે, જે કોઇપણ દુઃખ દર્દી મરણ નીપજવાનું હોય તો તે કોઇપણ જાતના તબીબી ઉપાયથી અટકી શકતું નથી. વળી અવગોચર અને અનુભવ આપણને શોખને છે કે મરણનો વખત નહિ થયો હોય તો તબીબી મદદ કે કોઇપણ પ્રકારની મારવાર વગર રીજનાં પડી રહેનાં દુઃખથી વર્જનાં નિરાધાર માણસો કુદરતના હાથથી પાછા તરોસ્ત થાય છે. એટલે આ અનુભવ ચહેરી જાણીમાં કવનીતમ મને, પણ માન્યાની જાણીમાં અવા અનુભવની નવાઇ નથી.

તમીલી વિદ્યામાં ઔસોપેથી આજે મુખ્ય અને સર્વોપરિ દરજ્જા ભોગવે છે. તેના વિભાગો પણ કાંઈ જોડા નથી, અને જુગ વિષયો મુજબ આ વિદ્યાનાં સાહિત્યને બહુ ખાલવવામાં આવ્યું છે. સુધરેલા દેશોમાં ત્રણ ધોરણ સરકારી આસરા હેઠળ કામ કરે છે, અને તેથી તે ધણે દરજ્જા આજે સત્તાધારી છે.

ઔસોપેથીનો અમલ કરનારા તમીલોમાની એક ભાગ જે નવી શોધખોળ અને અનુભવ કરનામાં રોકાયેલા રહે છે, તે દરેક દુઃખ દર્દનું મૂળ શોધી તેના ઉપાયો યોજવાની કોશિષ કરે છે, કે જેથી માણસ જાતનાં દુઃખો ઓછા કરી સકાય. આટલું છતાં દુનિયામાં દુઃખ દર્દો વધતાં જાય છે, અને નવાં નવાં દુઃખ દર્દો ઉત્પન્ન થાય છે, એ આપણી અનુભવી છે. આમાં દુઃખ દર્દોનાં કારણો શોધવાની કોશિષ થાય છે, તે માટે અનેક અટકળો થાય છે, અનુમાનો બધાય છે, અને ઉપાયો યોજવામાં આવે છે, છતાં આપણે જોઈએ છીએ કે તે સફળ “નગરનધીના ખેડ” જેવું છે. આજની તમીલી વિદ્યાનો મોટો આધાર માત્ર અખતરા ઉપર છે. ખેડક જાહેર પ્રબલો મોટો ભાગ જે સાયન્સના તરિક્કાઓથી અજાણ હોય, તે બિતરનો ભરમ સમજી શકે નહીં એ કુદરતી છે. પણ જેઓ “અદર ડાક્યું કરવા” પામે છે, અને શુદ્ધ બુદ્ધિથી તપાસ કરે છે, તેઓ સમજી શકે છે કે આવાં કહેવાતાં કારણોથી ચોક્કસપણું હોતું નથી.

ઇ. સ. ૧૮૫૬ થી દિ'ફુસ્તાનમાં પ્લેગની શરૂઆત થઇ, તેનાં કારણ માટે આજ સુધી અનેક તર્કો રચાઇ, તેના ઉપાયો માટે સરકારી આસરા હેઠળ તારિક્કા લાયક જેઠમત ઉક્તવવામાં આવી, પણ આજ સુધી તેનું ખાત્રીપૂર્વક કારણ કે ઉપાય સિદ્ધ થયેલાં આપણે જાણતા નથી.

વળાં આજની તમામ દુનિયાને આફતમાં ગીરફતાર કરનાર યુરોપના ખુનખાર જંગ માટે દેખીતાં કારણો ગમે તે હોય, પણ એ લશ્કરો સુધરેલી પ્રબલોને એટલો તો બોધ અચૂક રીતે આપ્યો છે, કે દુનિયામાં બનતા મહાન બનાવોમાં માણસ કરતાં કોઇ વધારે અદિયાતી બળવાન શક્તિનો હાથ રહે છે. સઘળા સુધરેલી પ્રબલોને સુધેડના બંધથી જોડનાર કરાર પછી આ લશ્કરની શરૂઆત થઇ છે, અને તેણે દુનિયાની તમામ પ્રબલોને તેમાં વિંટાળી લીધી છે. આ બનાવ એક માણુમના લોભ કે અનના કાટાને આભારી ગણવામાં આવતો હોય, પણ તે માટે વર્ષો અગાઉથી થયેલી આગાહીઓ ના પાડી શકાય તેમ નથી.

લશ્કરને લીધે ઉભી થયેલી અમુખ્ય મુશ્કેલીઓ અને આફતોમાં દુનિયાના જુગ જુગ ભાગોમાં ફેલાયેલા એક ભેદી રોગ જેને ઇન્કલુઝન્સ કહેવામાં આવે છે તેણે વધારે કાપ્યો છે. રોગેતા મુજબ આ રોગનું કારણ શોધવાની કામેશ થઇ છે, અને મુજબમાં ડોક્ટરોની સભા એ બાબે વાદવિવાદ કરવા માટે મળી છે. પણ આ સભામાં જુગ જુગ તમીલોએ જે વિચારો જણાવ્યા છે, જે તર્કો જાહેર કાપે છે, તે આપણને કાંઈપણ ચોક્કસ અનુમાન ઉપર આવવાને મદદ કરતા નથી. અટનાજ માટે “સાંજ વર્તમાન”ના તા. ૬મી નવેંબરના અંકમાં એક ઈંગ્લિશ આર્ટિકલમાં તમીલોની અટકણી કાઠનામાં આવી છે. જુગ જુગ ડોક્ટરોનાં ચતુર્મા ફેર પડે તે તો સ્વભાવિક છે, પણ ડો. રાય જેણે એ તમીલના પોતાના વિચારો અચોક્કસ હોય, અને તે છતાં તેઓએ રોગના ઉપાયની “રસી” જાણવેલી

હોવાનું જાહેર કરે, ત્યારે હવે શું સમજવું? તેમનાં નીચલાં મતમાં કાળા કાષેલા સખ્તે અમારી તરફથી છે, અને તે બાબે શરેહ કરવાની જરૂર રહેતી નથી.

“દરદીના શરીરમાંથી જુદી જુદી જાતના જંતુઓ બેવામાં આવે છે. તે બાબેની સજા ભરીને ખાનગી રીતે તે દરદી તપાસ કરવાની જરૂર છે. ગઇ વેળાની સમામાં મેં વાદવિવાદમાં જણાવ્યું હતું કે દરદીના શરીરમાંથી જુદા જુદા જંતુઓ મળ્યા આવે છે. તેથી તેમાંથી ઈનફ્લુએન્ઝાના જંતુઓ શોધી કહાડવાનું મુશ્કેલ પડે છે. આપણને ખરેખર ઈનફ્લુએન્ઝાના જંતુઓ શોધી કહાડતાં જે મુશ્કેલી નડે છે તે એ છે કે યુક્ત-મણી મળેલાં જંતુઓ પેશાબ કે ઝાડમાંથી મળી આવેલાં જંતુઓ કરતાં જુદાં હોય છે. દરદીનું લોહી તપાસતાં તેમાં મને જાતજાતના જંતુઓ મળી આવ્યાં હતાં. સંખ્યાબંધ દરદીઓને તપાસતાં માત્ર ત્રણ દરદીના જંતુઓ મળતાં આવ્યાં હતાં. હવે પછી હું એ બાબતમાં આ મંડળમાં એક અહેવાલ વાંચી સંજાળીયા. કરનલ લીસ્ટનની તપાસ સાથે મારી તપાસ એક મળતી થતી નથી. તેનું કારણ હું ધારું છું કે તેઓએ ચારાથી ઉલટીજ દિશાએ પેતાની તપાસ આલુ રાખી હોય.

“હેલા કેટલાક દિવસ ચર્ચા આ બાબતમાં ખાસ તપાસ ચલાવવાની દુરસદ મળી નથી. હવે આ રોગનો ફરીથી એક સખત હુમલો થશે કે નહીં તે બાબતમાં હું કહીશ કે કંઈ પણ ચોક્કસ જવાબ આપી શકાય નહીં. તવારીખની નોંધ જોતાં તેનો હુમલો ફરીથી થવાની ધારતી નથી. કરનલ લીસ્ટન તેની પુરેપુરી સહાદતો આપી શકતા નથી. પહેલાં તો આ દરદ ઈનફ્લુએન્ઝા છે કે નહીં તે આપણે કંઈ ચોક્કસ કહી શકતા નથી. જે તે ઈનફ્લુએન્ઝા છે એમ આપણે સાબીત કરીએ તો તેનો હુમલો ફરીથી થશે કે નહીં તે આપણે ચોક્કસ કહી શકીએ, તો હું કહીશ કે તે ફરીથી હુમલો કરશે નહીં. જુદા જુદા ડોક્ટરો જુદી જુદી દવા અજમારી ચુક્યા છે તેથી કંઈ ચોક્કસ દવા તેને લાગુ પડશે તે કહી શકાતું નથી. મેં એ રોગની જે રસી શોધી કહાડી છે તેથી કોઈ દરદીને કંઈ તુકસાન થશે નહિ. માટે જેઓને એ રસી જોઇએ તેણે મારી પાસેથી લઇ જવી.” [ ખમેરી ખમેરી મત બૂલિયો ! ]

ડૉઁ રાવના વિચારો આપણને જણાવતી ઈંગ્લેશ કવિતાની એક લીટીની યાદ આપે છે.

“What shall we do when doctors disagree?”

“જ્યારે ડોક્ટરોમાં મતફેર પડે ત્યારે આપણે શું કરવું?”

વળા એજ મંડળની બીજી એક સમામાં ડૉઁ ગીલ્ડરે પેતાનો અનુભવ દર્શાવતાં જણાવ્યું કે “આ રોગનાં તરફવાર ૩૫ જોવામાં આવે છે. મારા અનુભવમાં આવેલા કેટલાક દરદીઓની નાડ, તાવ અને શ્વાસ વગેરે જુદાં જુદાં રૂપમાં હતાં. એક દરદીને એક દવાથી ફાયરો થાય અને તેજ દવા બીજાઓને ફાયરોકારક નીવડતી ન હતી.”

આ બીના દરેક ડોક્ટર જાણે છે કે ઘણીકવાર એક દવા જે એક દર્દી માટે કાર્યસાધક હોય છે તે બીજા દર્દીને લાગુ પડતી નથી. જ્યારે એક માણસ કંપર અજમાવેલી દવા બીજા માણસને લાગુ પડતી નથી, ત્યારે જાનવરો જેઓની જીવન કક્ષિત માણસ જાત કરતાં જુદા પ્રકારની અને નજીબ હોય છે, તેમના કંપર અજમાવેલી દવાઓ માણસ જાતને કેમ

લાગુ પડી શકે? તે છતાં આપણા વિદ્યાર્થી ડોક્ટરોના સિદ્ધાંતોએ, આ સાદી સમજથી વેમળા જાનને દર વર્ષે લાખો નિર્દોષ અને મુર્ખ પ્રાણીઓની ઉપર પ્રયોગો કરવાને જકાને તેમને જીવતાં ને જીવતાં તરેહવાર રીતે રેહેસે છે! અને આ પ્રયોગોને તેઓ “Scientific Research” કહે છે, જે કે તેથી તેઓ ધાંધ મનમાનતું છેવટ લાવી શક્યા નથી, અને જેઓ છેવટ લાવવાની બરાબ માને છે તેમનાં જાનુમાનો તેમનોજ બાઇબલ બીજો દિવસે તેટલીજ બાહોશીથી હવામાં ઉડાવી દે છે!

જેઓએ તખીઓની મજકુર સજાઓનો હેવાલ વાંચ્યો હશે, તેઓ સમજી શકશે કે આ રોમને ક્યા નામથી ઓળખાવે, તે શા કારણથી ઉત્પન્ન થાય છે, અને તેના ખાતીપૂર્વક ઇલાજો શું છે, તે સિદ્ધ થઇ શક્યું નથી. ત્યારે આટલું સિદ્ધ થાય છે કે હજારો માણસોની જીંદગીપર જુદી જુદી દવાઓ અને સારનારની રીતિઓના અખતરા માત્ર ચાલે છે.

દેશી વૈદકવિદ્યા મુજબ માણસનું શરીર ત્રણ મુખ્ય તત્ત્વો-ગરમી અથવા પિત્ત, ઘરદી અથવા શ્લેષ્મ અને વાયુનું બનેલું છે. તત્ત્વોમાંનું જે વધારે પ્રમાણમાં હોય, તે મુજબ તે માણસની દેહ ગરમી, ઘરદી કે વાયુની ગણાય છે. આ તત્ત્વોમાં જ્યારે સમતોલપણું રહેતું નથી અને ઉચલપાચલ થાય છે, ત્યારે તખીમતનો બગાડો થાય છે. પણ તેની વખતે તે બગાડો ક્યાં કારણથી થયો છે, કયું તત્ત્વ વધી ગયું છે તે જાણીને, મૂળ દેહ ક્યા પ્રકારની છે તે ઓળખીને, તેને દવા આપવાની જરૂર રહે છે, નહીં તો “એકતું ઓસડ તે બીજનું ઝેર” થઇ પડે છે. જે દવા એક જાતની દેહના માણસને સાજો કરે, તે દવા-બીજા જાતની દેહના માણસને ધાતકારક થઇ પડે છે. પણ ઇંગ્રેજ તખીબી વિદ્યા પિત્ત, કે શ્લેષ્મ પ્રકૃતિની દરકાર ન કરતાં સઘળાંની એકમરખી સારવાર કરાવે છે.

પણ હાલમાં ફિલાપ્સી બેદમરી બીમારીનું કારણ શું? ખાત્રી વિદ્યાના શોધકો દરેક બીજનું કારણ જાણકર્તાજ શોધે છે, તેઓ ખાત્રીના બહાર વધારે હોયે નજર કરી શકતા નથી. ખાત્રી શરીર બીમારીને આધીન થાય છે એ ખરૂં, પણ તે બીમારીનાં બીજ માટે માત્ર તેજ શરીરને ખ્યાલમાં રાખવાથી બીમારીનું કારણ શોધી શકતું નથી. તખીઓની મતફેરીએ પુરવાર કરી આપ્યું છે કે આ બીમારીનું કારણ આ દુનિયા સાથનાજ સંબંધમાંથી મળતું નથી. ત્યારે વધુ આગળ વધી હોયે નજર કરવાની જરૂર રહે છે. માણસનો મીનોઇ દુનિયા સાથેનો સંબંધ હવે ના પાડી શકાય એમ નથી. સૂર્ય અને ચંદ્રની માણસનાં શરીર ઉપર થતી અસરો અચૂક છે, ત્યારે ઠાં નહીં ઝડો તરફ નજર કરવામાં આવે?

અહીં તવારીખ આપણી મદદ આવે છે. ઇન્ફ્યુએન્સીનો રોગ ત્રીસ વર્ષ ઉપર એટલે ૧૮૮૪ માં ફિલાપ્સી ઠહેવાય છે. એટલે ત્રીસ વર્ષે એ રોગ પાછો આવેલો ગણાય. પણ તે વખતે આ રોગ હમણાંના જેટલો પ્રાણધાતક ન હતો, ત્યારે જે આ રોગનું ધાંધ કારણ મળી શકતું હોય, તે માટે વધારે સારો તર્ક કે અનુમાન બાંધી શકાતું હોય, તો પણ સવાલ ઉઠે છે કે અગાઉ જ્યારે એ રોગ પ્રાણધાતક નહતો ત્યારે હમણાં તે જીવનેજ થઇ પડવાનું કારણ શું?

અહીં જ્યોતિષ વિદ્યા આપણી મદદ આવે છે. જેમ હિંદમાં તેમ યુરોપના ધણુ બાગેમાં આમવા વખતમાં એક તખીમ હજીવાત એક જોશી પણ થતો હતો. આ બે વિદ્યાઓ જોડા-

હોવાનું જાહેર કરે, ત્યારે હવે શું સમજવું? તેમનાં નીચલાં મનમાં કાળા કીધેલા સખ્તો અમારી તરફથી છે, અને તે બાબે શરેહ કરવાની જરૂર રહેતી નથી.

“દરદીના શરીરમાંથી જુદી જુદી જાતના જંતુઓ જોવામાં આવે છે. તે બાબેની સમા ભરીને ખાનગી રીતે તે દરદી તપાસ કરવાની જરૂર છે. ગદ્ય વેળાની સમામાં મેં વાદવિવાદમાં જણાવ્યું હતું કે દરદીના શરીરમાંથી જુદા જુદા જંતુઓ મળી આવે છે. તેથી તેમાંથી ઈનફ્લુએન્ઝાના જંતુઓ શોધી કહાડવાનું મુશ્કેલ પડે છે. આપણને ખરેખર ઈનફ્લુએન્ઝાના જંતુઓ શોધી કહાડતાં જે મુશ્કેલી નડે છે તે એ છે કે થુંક-મથી મળેલાં જંતુઓ પેશાબ કે ઝાડમાંથી મળી આવેલાં જંતુઓ કરતાં જુદાં હોય છે. દરદીનું લોહી તપાસતાં તેમાં મને જાતજાતના જંતુઓ મળી આવ્યાં હતાં. સંખ્યાબંધ દરદીઓને તપાસતાં માત્ર ત્રણ દરદીના જંતુઓ મળતાં આવ્યાં હતાં. હવે પછી હું એ બાબતમાં આ મંડળમાં એક અહેવાલ વાંચી સભળાવીશ. કરનલ લીસ્ટનની તપાસ સાથે મારી તપાસ એક મળતી થતી નથી. તેનું કારણ હું ધારું છું કે તેઓએ મારાથી ઉલટીજ દિશાએ પોતાની તપાસ આજુ રાખી હોય.

“હેલ્થા કેટલાક દિવસ થયાં આ બાબતમાં ખાસ તપાસ અલાવવાની કુરસદ મળી નથી. હવે આ રોગનો ફરીથી એક સખત હુમલો થશે કે નહીં તે બાબતમાં હું કહીશ કે કંઈ પણ ચોક્કસ જવાબ આપી શકાય નહીં. તવારીખની નોંધ જોતાં તેનો હુમલો ફરીથી ચવાની ધારતી નથી. કરનલ લીસ્ટન તેની પુરેપુરી સહાદતો આપી શકતા નથી. પહેલાં તો આ દરદ ઈનફ્લુએન્ઝા છે કે નહીં તે આપણે કંઈ ચોક્કસ કહી શકતા નથી. જો તે ઈનફ્લુએન્ઝા છે એમ આપણે સાબીત કરીએ તો તેનો હુમલો ફરીથી થશે કે નહીં તે આપણે ચોક્કસ કહી શકીએ, તો હું કહીશ કે તે ફરીથી હુમલો કરશે નહીં. જુદા જુદા રોગદરો જુદી જુદી દવા અજમાવી ચુક્યા છે તેથી કંઈ ચોક્કસ દવા તેને લાગુ પડશે તે કહી શકાતું નથી. મેં એ રોગની જે રસી શોધી કહાડી છે તેથી કોઈ દરદીને કંઈ હુકસાન થશે નહિ. મારે જેઓને એ રસી જોઈએ તેણે મારી પાસેથી લઈ જવી.” [ અમેરી અધેશી મત મૂકીએ ! ]

ડૉ. રાવના વિચારો આપણને જાણીતી ઈંગ્લેન્ડ કવિતાની એક લીટીની માદ આપે છે.

“What shall we do when doctors disagree?”

“ન્યારે ડૉક્ટરોમાં મતફેર પડે ત્યારે આપણે શું કરવું?”

વળી એજ મંડળીની બીજી એક સમામાં ડૉ. ગીલ્ડરે પોતાનો અનુભવ દર્શાવતાં જણાવ્યું કે “આ રોગનાં તરેહવાર ૩૫ જોવામાં આવે છે. મારા અનુભવમાં આવેલા કેટલાક દરદીઓની નાક, તાવ અને શ્વાસ વગેરે જુદાં જુદાં રૂપમાં હતાં. એક દરદીને એક દવાથી ફાયરો થાય અને તેજ દવા બીજાઓને ફાયરોદારક નીવડતી ન હતી.”

આ બીના દરેક ડૉક્ટર જાણે છે કે ધણીકવાર એક દવા જે એક દર્દી માટે હાઈસાધક હોય છે તે બીજા દર્દીને લાગુ પડતી નથી. ન્યારે એક માણસ કપર અજમાવેલી દવા બીજા માણસને લાગુ પડતી નથી, ત્યારે જાનવરો જેઓની જીવન રક્તિ માણસ જાન કરતાં જુદા પ્રકારની અને નબળા હોય છે, તેમના કપર અજમાવેલી દવાઓ માણસ જાતને કેમ

શનિ અઢી વર્ષ સુધી એ રાશીમાં રહે, ત્યાં સુધી વધતાં એછા પ્રમાણમાં ચાલુ રહેવી જોઈએ, એમ સ્વભાવિક રીતે અનુમાન આંધી સકાય.

અહોના સયોગ તેમનાં કિરણોની અથડા અથડીથી વિજળીક અને મેગ્નેટીક અસરો ઉત્પન્ન કરે છે. આ અસરો વાતાવરણમાં ચોક્કસ પ્રકારની ધુન્દ્રીઓ, રંગો વગેરે પેદા કરે છે, અને તેની અસર માણસનાં શરીર ઉપર થવા પામે છે. જે જંતુવિદ્યાને લગતાં અનુમાનો ખરાં માનીએ તો હવામાં તે જંતુઓ ઉત્પન્ન થવાનું કારણ સૂર્ય શનિનાં અકેશ્થી ઉદયોં કિરણોના સયોગથી ઉત્પન્ન થતી વિજળીક અસરોને આભારી કાં ન હોય ?

હવે ત્રીસ વર્ષ ઉપર આ બીમારી પ્રાણધાતક નહીં નીવડવાનું કારણ તપાસતાં જણાય છે કે તે વખતે જ્યારે તા. ૧૩ મી અક્ટોબર ૧૮૮૮ ને દિને શનિ સિંહ રાશીમાં દાખલ થયો હતો, ત્યારે સૂર્ય તેનાથી એ રાશી આગળ વધીને તુલા રાશીમાં હતો. આટલા માટે શનિના પ્રવેશ વખતે સૂર્ય-શનિનો નાશકારક યોગ થવા પામ્યો નહતો. પણ સૂર્ય દલ રાશીમાં ફરીને તા. ૩૧ મી જુલાઈ ૧૮૮૯ ને દિને સિંહ રાશીમાં આવ્યો, અને ૧૮૮૯ ના સાલમાં સૂર્ય શનિનો સિંહ રાશીમાં યોગ થયો, તે વખતે આ બીમારી ફેલાયની કહેવાય છે; પણ શનિના પ્રવેશ વખતે આ બનાવ અનેકો ન હોવાથી તે હાલના જેવો પ્રાણધાતક નીવડ્યો ન હતો. જોકે બનવા જોગ છે કે તા. ૧૨ મી સપ્ટેમ્બર ૧૮૮૯ ને દિને સિંહ રાશીમાં મંગળ શનિના ચપલા યોગે, અને તા. ૧૯ મી સપ્ટેમ્બર ૧૮૮૯ ને દિને તેજ રાશીમાં ચપલા મંગળ-શુક્ર-શનિના યોગે વધતી એછી ખરાબી છીધી હોય. તે તપાસવાનું તવા-રીખના અધ્યાસીઓનું કામ છે.

હાલની વધુ મંબીર અસરનું બીજું એક કારણ એ પણ હોય કે સૂર્ય-શનિના યોગ વખતે શનિ ઠક રાશીના છેલા અંશમાં હતો, અને જ્યોતિષવિદ્યાના કાયદા મુજબ ઠક, શબ્દિક અને મીન રાશીના છેલા અંશમાં રહેલા અહો માર્દુ પરિણામ આપે છે.

આ અનુમાન ચોક્કસ મુદતે ચોક્કસ બનાવો ફરીફરીથી બનવાને લગતા કાયદા (The Law of Periodicity of Events) ને આધારે છે.

મરઘીના બાળમાં અવલોકન ઉપરથી જણાય છે કે ચોક્કસ વખતે તેનો હુમલો એવાં કાલેસ રૂપમાં થાય છે કે જ્યારે માત્ર યોગ કલાકમાં તે મરણ નીપજવે છે. ઇન્કલુએન્જાની બીમારી ફરીથી દેખાવ દેશે કે નહિ, તે સવાલના બાળમાં આટલું વાદ રાખવાનું છે કે તા. ૯ મી ઓગસ્ટ ૧૯૧૯ ને દિને સૂર્ય પાંચે રાત્રિ સાથે જોડશે. વળી તા. ૯ મી અક્ટોબર ૧૯૧૯ ને દિને એજ રાશીમાં મંગળ શનિનો યોગ થાય છે, તે આ બીમારીનો વધુ સખત હુમલો કાં નહિ લાવે, એ એક વિચારના જોગ સવાલ છે.

કમનસીમે હિંદુસ્તાનમાં દેશી જ્યોતિષવિદ્યાના બાહોશ ઉત્તાહો હોવા છતાં આના અભ્યાસના જહેર સવાલોપર તેઓ તરફથી ઠણુ રિચેન થઈ આપણે જાણતા નથી. યોગ વખત ઉપર “સાંજ વર્તમાન” માં મુનષ્ઠના કેટલાક વિદ્વાન જોયોઓ “આધાન કાળ” (Time of Conception) ના વિષય ઉપર સખત વાદવિવાદમાં ઉતર્યાં હતાં. તે કરતાં આ વિષય એછી અગત્યનો નથી, અને તેટલા માટે આ બાબમાં તેમનાં તરફથી વધુ પ્રકાર મળેતો જોવા આપણે ઈનેબર રહીશું.

આ ભેદી બીમારીનાં કારણ માટેનું આ અનુમાન કદાચ ધણીકોને નહિ રહે, પણ છેલ્લી લગાઇએ અચૂક રીતે સાબત કરી આપ્યું છે કે ગમે એવો બળવાન ધનસાન તે કર્તા-રની શક્તિ આગળ ટુચ્છ છે. જાણીતા ગુજરાતી કવિ સામળદાસની “વૈતાલ પચ્ચીશીમાં” અહોની અસર જામે આવેલી થોડી લીટીઓ આ બીમારી તેમજ લગાઇના બાજમાં ધણી બંધબેસતી થઈ પડે એમ છે:—

‘ જ્યારે વાંકા મહ હોય, મમત મન મુખથી મરડે;  
જ્યારે વાંકા મહ હોય, દૈવ યજ્ઞ રાજ દરે;  
જ્યારે વાંકા મહ હોય, વછોડ વહાલનો બ્યારે;  
જ્યારે વાંકા મહ હોય, મુખી કોઇ યોષણ નારે,

રાજ રિક્ત સિદ્ધ મુખ મહ યજ્ઞી, કરગ લે તાણી મહ લખે,  
સામળમટ સાચું કહે, મહને કો દુઓ રખે.”

x x x x x

“ જાર પરસ વનવાસ, રામશિર રાહુ દયા છે;  
મંગળ દયા છતિહાસ, પોકવ વૈરાટે વશ્યા છે.  
હાદશમે યયો ચંદ્ર, ધ્રુવ ઝાતમી ગયો;  
ધાત ચક્ર ઉત્પાત, દુર્બોધન બહુ વગારો.”

“ શનિશ્વર ચોપે વળા સીતને, વન રઝગાવ્યાં કલંક ચંદ્રમાં,  
સામળ કહે નહે મહ સર્વેને, દેવ આચળ દીકર દશા.”

આપણા શેષદા ઉપયોગમાં આવતાં પાણીનું “અકેકું” દીપ્ત અસંખ્ય બેમાલુમ જીવોથી મરપુર છે, ત્યારે આપણી આસપાસની હવાનાં દરેક કણમાં અસંખ્ય બેમાલુમ જંતુઓ રસ્તાં હોય તેમાં નવાઈ શી ? પણ તે જંતુઓનેજ વળગીને બેસી રહેવાથી વિદ્યોતો વધારે થતો નથી. તે જંતુઓનું મૂળ શોધવાની જરૂર છે. આ જંતુઓ કંઈ ગતિથી, ક્યાં વાહ-પ્રેશન્સથી, ક્યાં વિનળાક કે રસાપણી પ્રયોગથી દરતીમાં આવ્યાં, અને તે પ્રયોગો ઉપર કદરનાર ક્યાં કિરણો, શક્તિઓ કે મહો છે; તે તરફ છેવટે જવાથી પરિણામ ઉપરથી મૂળ-કારણ તરફ જઈ શકાય છે. આટલાજ માટે કવિ રોહિની નીચળી લીટીઓ ધ્યાનમાં રાખવાની જરૂર છે:—

“ Full often learn the art to know

Of future weal, or future woe

By word, or sign, or star.”—*Scott.*

“ ચાંદ, નિશાની કે અક સેતારા ઉપરથી ભવિષ્યનાં મુખ કે દુઃખને માટે અમાકથી જાણી લેવાનો દુખર સંપૂર્ણ રીતે શોષી લે.”

[ અપૂર્ણ. ]



# સુનાવડનું આરોગ્ય, માવજત અને બાળમરણની અટકાવત.

( લેખક:--જેઠ કુરામજી ખરશે-જી, મુ. લાવનગર. )

અનુમધાન ગયા એકના પૃષ્ઠ ૨૮૪ થી.

પત્રકે 'ખ.'

મુમુક્ષુ શહેરમાં એક વર્ષની અંદગી ઉમ્મરના બાળકો સને ૧૯૧૩ ની સાલમાં જુદા જુદા દરદેથી કેટલી ઉમ્મરે મરણ પામ્યા તે દર્શાવનારું પત્રક,--

કુલ જન્મ ૧૯,૬૪૪ હતા.

કયા દર્દથી મરણ થયું	૩૦ દિવસ સુધીની ઉમ્મરના	એક માસથી ૭ માસ સુધીની ઉમ્મરના.	સાત માસથી આઠ માસની ઉમ્મરના.	કુલ.
શીતળા ... ..	૩	૨૭	૨૫	૫૫
ઓરી ... ..	...	૧૩	૫૩	૬૬
મેનેરીયા તાવ ... ..	...	૫	૯	૧૪
એગુ તથા રીમીટન્ટ તાવ...	૨૯	૬૪	૯૩	૧૮૬
ઝાડો તથા મરડો ... ..	૩૪	૧૫૧	૪૩૦	૬૧૫
અપકવજનન ( અધુરે મામે યોગેન જન્મવાળા ...	૧૮૧	...	...	૧૮૧
અશક્તિ ... ..	૧,૯૦૮	૨૫૯	૪૦	૨,૨૦૭
ચાંતતુના દર્દ ... ..	૩૦૨	૬૪૪	૨૮૨	૧,૨૭૮
ફેફસાના વ્યાધિ ... ..	૬૬	૮૩૩	૧,૨૧૪	૨,૧૧૩
સંધ્યા ઠારણ ... ..	૨,૫૯૧	૨,૨૦૩	૨,૬૬૪	૭,૪૮૮
કુલ મરણની મૈયા ઉપર ટમા	૩,૪૪૬	૨,૪૨	૩૫૯૭	...

ઉપરના કોષ્ટક પરથી માનુષ પડશે કે ૧૯,૬૪૪ જન્મેલા બાલકોમાં એક માસની અંદગી ઉમ્મરના ૨,૫૯૧ સાલે, એક માસથી વધુ અને ૭ માસથી ઓછી ઉમ્મરના ૨,૨૦૩, અને સાત માસથી વધારે અને એક વર્ષથી ઓછી ઉમ્મરના ૧,૨૬૪ મળી કુલ ૭,૪૮૮ બાલકો મરણ પામ્યા છે. તેમાં અશક્તિને લીધે ૨,૨૦૭, ચાંતતુના દર્દથી ૧,૨૭૮ અને ફેફસાના દર્દથી ૨,૧૧૩, એટલે આ ત્રણ દર્દીજ ૫,૫૮૮ બાલકો મરણ પામ્યા છે. અત્યક્તિજ પહેલા એક મહિનામાં ૧,૯૦૮ બાલક મરણ પામે છે, એટલે દરેક મો મરણમાં ૭૫ ટકા મરણ માન અશક્તિને લીધે છે. જેમ જેમ બાલક મોટા થતા જાય છે તેમ તેમ ફેફસાના વ્યાધિથી વધુ મરે છે. કુલ ૭,૪૮૮ મરણમાં ૨,૧૧૩ ફેફસાના વ્યાધિથી મરણ થયા, એટલે દરેક એક ૨૮ થી ૩૦ ટકા ફેફસાના વ્યાધિથી મરે છે.

આરોગ્ય જાન ફેલાવાથી, ગર્ભાશયમાં માની સારી માવજતથી, અને બાલકના જન્મ પછી તેની ખતવૃત્તિ જરાગર મેંભાળથી આ મરણ પ્રમાણનો ધણે જાગ ઓછો

થઈ શકે તેમ છે. જ્યાં સુધી તમોએ પ્રવાસ કર્યો નથી ત્યાં સુધી તમોને એમ લાગશે કે આવી મરણની સ્થિતિ ઉપર આપણે કાણ લાવી શકીએ નહિ. પણ વસ્તુ સ્થિતિ તેમ નથી. દરેક વિષયમાં ખતથી અભ્યાસની જરૂર છે.

### પત્રકે 'કં.'

મુંબઈ શહેરમાં સને ૧૯૦૯ થી સને ૧૯૧૩ ની સાલ સુધીમાં બાલકોના જન્મ મ્યુનિસિપાલિટી ખાતાની સુચાણીઓએ સુચાવડી બાઈ પાસે આપેલી દાખરી તથા તેને અંગે બળવેલી ફરતો અને કાર્યની કુંડી હકીકત બતાવનારું સંખ્યાસૂચક પત્રક:—

મ્યુનિસિપાલ ખાતાની દાયણોનાં કાર્ય તથા તપાસની કુંડી હકીકત.	૧૯૦૯	૧૯૧૦	૧૯૧૧	૧૯૧૨	૧૯૧૩
૧. મુએલ જન્મેલાં સહિત જન્મેલાં બાલકોની નોંધાએલી કુલ સંખ્યા.	૨૧,૬૪૫	૨૧,૫૦૫	૨૩,૧૩૫	૨૩,૧૮૬	૨૧,૨૩૬
૨. નોંધાએલા કુલ જન્મની સંખ્યામાંથી મુએલ જન્મેલાંના ટકા ...	૮૦	૭૨	૭૬	૭૧	૭૪
૩. દાદાઓની નોંધ ઉપરથી નીકળતી સંખ્યા ...	૧૩,૬૭૭	૧૨,૭૬૨	૧૩,૫૭૮	૧૪,૪૧૭	૧૩,૬૩૮
૪. કુલ જન્મમાંથી દાદાઓએ સાચી કરાવેલી જન્મ સંખ્યાના ટકા ...	૬૩.૧	૫૯.૩	૫૮.૭	૬૨.૧	૬૪.૨
૫. દાયણ વિનાની સુચાવડના ટકા ...	૧૮.૦	૧૫.૨	૧૨.૭	૧૩.૦	૧૨.૮
૬. અબણ અને ખીનઅબુમરી દાયણોએ કરાવેલી સુચાવડના ટકા ...	૫૮.૩	૫૯.૬	૬૦.૭	૫૯.૬	૬૦.૧
૭. મ્યુનિસિપાલિટીની દાયણો અને ખીન લાયકાતવાળી દાયણોએ કરાવેલી સુચાવડના ટકા.	૧૧.૩	૧૨.૦	૧૩.૨	૧૩.૯	૧૪.૦
૮. મ્યુનિસિપાલિટીની દાયણોએ કરાવેલી સુચાવડના ટકા ...	૨.૫	૫.૬	૫.૫	૬.૬	૮.૧
૯. તદુસ્ત જન્મેલાં બાલકોના ટકા ...	૬૭.૫	૬૮.૯	૭૪.૬	૭૩.૭	૭૧.૦
૧૦. ૩૦ દિવસની અંદર મરી જનારાં બાલકોના ટકા ...	૧૨.૩	૧૧.૮	૧૧.૫	૧૧.૮	૧૦.૦

આ કોષ્ટક ઉપરથી શહેરની મ્યુનિસિપાલિટી, સેનિટરી એસોસિએશન અને શહેરના આમેવાનો અને વેદક ખાતાએ શું શું કરવાનું જરૂરનું છે તેનો ખ્યાલ આવી શકે છે. દરેક મેઈકે ૮૭ ૬૦ નેટલી સુચાવડ ખીન અબુમરી સુચાણીઓની મદદથી કરાવ્યા આવે છે. ૧૨ થી ૧૮ ટકા સુચાવડ વરગેલે થાય છે.

ને કે મેઈકે ૧૮ બાવકા તત્તુરસ્ત જન્મે છે છતાં પદેલા મદિનામાં. મેઈકે ૧૨ નેટલી મરણ પામે છે.

બાલકના જન્મનું રજીસ્ટર બરાબર ગણવાથી આપણને જોઈતી હકીકતો મળી શકશે. દાખલનું કામ કરતી સુચાણીનાં નામ રીતબર રજીસ્ટર થાય તો વધારે હકીકત મળી શકશે.

સને ૧૯૧૩ માં મુમુષ શહેરમાં સ્ત્રીઓની ૧૪૦૧૨ મરણ થયા હતા. આ મધ્યમાં બધી ઉંમરની સ્ત્રીનાં મરણ આવી જાય છે, પણ

૧૬ થી ૨૦ ની ઉંમરના મરણ ...	૧,૦૪૭.
૨૧ થી ૩૦ ની ઉંમરનાં મરણ	૨,૧૫૯,
૩૧ થી ૪૦ ની ઉંમરનાં મરણ ..	૧,૨૭૭, મળી
કુલ ૪,૩૭૮ છે,	

એટલે કુલ મરણ પ્રમાણનો ત્રીજો ભાગ ૧૬ થી ૪૦ વર્ષની ઉંમરમાં મરે છે. પહેલા પાંચ વર્ષમાં મરનાર છોકરીઓની સંખ્યા ઉંમરના મરણ પ્રમાણમાંથી બાદ કરીએ તો અરધા ભાગની સ્ત્રી ૧૬ થી ૪૦ વર્ષની અંદર મરે છે. તેમાં વળી ૨૦ થી ૩૦ વર્ષની અંદર તો બહુજ મરે છે.

આ આકાશનો પુષ્પત વિચાર કરીએ તો સ્ત્રી તરફની આપણી ફરજ અને સેવા કંઈક અંશે આપણે બળવી શકીએ તેમ લીએ.

### પત્રક 'ક.'

મુમુષ શહેરમાં એક વર્ષની અંદરની ઉંમરનાં બાલકો સને ૧૯૦૮ થી સને ૧૯૧૩ સુધીમાં કેયા કેયા દર્દથી મરણ પામ્યાં તેવી સંખ્યા બતાવનાર પત્રક:—

મરણનું કારણ.	સને ૧૯૦૮	સને ૧૯૦૯	સને ૧૯૧૦	સને ૧૯૧૧	સને ૧૯૧૨	સને ૧૯૧૩	રીમાર્ક.
શીતળા ...	૨૩૬	૧૩૪	૨૬૪	૯૮	૨૭૪	૫૫	
ઝોરી ...	૨૩૮	૨૭	૫૬	૨૩૩	૮૨	૧૬	
સર્વે જાતના તાવ ..	૨૨૬	૧૯૨	૨૩૮	૨૫૧	૨૭૭	૨૦૧	
ઝડો તથા મરડો ...	૭૬૩	૬૧૧	૬૭૪	૫૮૧	૬૦૦	૬૧૫	
આપકવ જન્મ ...	૧૭૯	૧૫૧	૧૪૭	૧૭૪	૨૧૮	૧૮૧	
નજળાઈ ...	૨,૮૭૨	૨,૬૨૬	૨,૫૬૭	૨,૩૬૪	૨,૫૮૧	૨,૨૦૭	
માનવતંતુના દર્દ	૧,૪૦૩	૧,૪૬૬	૧,૪૦૨	૧,૪૦૦	૧,૫૭૦	૧,૨૭૮	
ફેફસાંની દર્દ ...	૨,૫૫૭	૨,૨૩૧	૨,૨૬૨	૨,૩૬૪	૨,૮૭૭	૨,૧૧૩	
સાધનાં કારણોથી એકંદર.	૯,૦૭૭	૮,૦૩૦	૮,૨૫૩	૮,૧૨૦	૯,૬૪૬	૭,૪૮૮	

આ કોષ્ટક ૧૯૦૮ થી ૧૯૧૩ સુધીનાં ૭ વર્ષમાં એક વર્ષની અંદરની ઉંમરનાં બાલકોના કેટલાં મરણ થયાં તેનો મુકાબલો છે બારીક નજરથી જોશો તો દેખાઈ આવશે કે

એક વર્ષમાં માત્ર મુમુષુ શહેરમાં ૮,૦૦૦ થી ૯,૫૦૦ બાલકો મરણ પામે છે. વાર્ષિક ૨૦,૦૦૦ બાલકો જન્મે તેમ ધારીએ તો દરેક ૧,૦૦૦ જન્મમાં ૪૦૦ થી વધુ બાલકો મરે છે.

### પત્રક 'ઇ.'

મુમુષુ શહેરમાં સને ૧૯૧૨ તથા ૧૯૧૩ ની સાલમાં દરેક કોમમાં બાલકોનાં મરણ તથા જન્મની લેવાયેલ નોંધના દર દબારે મરણોનું પ્રમાણ જતાવનારું પત્રક:—

જાત અથવા કોમ.	સને ૧૯૧૨			સને ૧૯૧૩		
	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા.	જાતવાર દર ૧,૦૦૦ જન્મે થયેલ મરણ	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ.	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા.	જાતવાર દર ૧,૦૦૦ જન્મે થયેલ મરણ.
હિંદુઓ {						
જૈન ...	૩૩૪	૨૭૮	૧,૨૦૧.૪	૨૬૮	૩૭૬	૭૯૨.૫
બ્રાહ્મણ ...	૩૪૩	૫૪૨	૬૩૨.૮	૨૫૪	૪૨૩	૬૦૦.૪
સિંઘાયત ...	૪૬	૪૧	૧,૧૨૧.૦	૩૬	૭૯	૯૨૩.૦
ભારીયા ...	૫૨	૧૩૦	૪૦૦.૦	૪૩	૧૨૦	૩૫૮.૩
મીઠા જાતના હિંદુ ...	૪,૫૩૨	૧૦,૧૬૭	૪૪૫.૭	૩,૪૩૫	૯,૧૮૭	૩૭૩.૮
નીચ વર્ણના હિંદુ ...	૧,૬૯૦	૩,૩૦૬	૫૧૧.૧	૧,૨૬૪	૨,૯૦૯	૪૩૪.૫
મુસલમાન(જેમાં અફઝાલી દલશીની સમાસ આવે)	૧,૭૫૩	૪,૧૫૭	૪૨૧.૬	૧,૩૮૮	૩,૭૫૬	૩૬૯.૫
પારસી ...	૨૭૯	૧,૩૫૩	૨૦૬.૨	૨૪૭	૧,૩૧૩	૧૮૮.૧
ચાહુદી ...	૬૮	૨૨૫	૩૦૨.૨	૩૬	૨૦૪	૧૭૬.૪
ટેલી પ્રીમ્તી લોકો ...	૪૫૯	૯૯૩	૪૬૨.૨	૪૦૯	૯૭૬	૪૮૧.૦
યુરેઝીયન ...	૩૩	૮૫	૩૮૮.૧	૨૬	૧૧૩	૨૭૦.૦
યુરોપીયન ...	૪૭	૨૨૬	૨૦૭.૯	૩૧	૨૦૪	૧૫૧.૦
બુદ્ધ લોકો ...	...	૧	...	૨	૧૩	૧૫૩.૮
ખ્રીશ્ત તથા અજાત કોમ ...	૧૦	૧૪	૭૧૪.૨	૧૯	૧૧	૧,૭૨૭.૨
કુલ ...	૯,૬૪૬	૨૦,૫૧૮	૪૪૮.૨	૭,૪૮૮	૧૯,૬૪૪	૩૮૧.૧

આ કોષ્ટકથી આપણી નજરે એ જાણવા આવે કે જુની જુની કોમોમાં બાળમરણની સંખ્યા ઓછી થતી આવે છે. જે કોમમાં, આરોગ્યનું જ્ઞાન અને આચાર વધારે છે તેમાં બાલમરણની સંખ્યા ઓછી છે દરેક કોમે આ આંકડોનો અભ્યાસ કરી પોતાની કોમ માટે શું કરવું તેનો અવાસ કરવો જોઈએ.

સાચી સ્ત્રી કેળવણી નો એ છે કે સ્ત્રીને આરોગ્યના નિયમો શીખવવા, તેમને પોતાના ઇતરમાં તે નિયમો અમલમાં મૂકવા દેવા અને તેને માટે સાધન અને ગદ્દ આપવી.

સ્ત્રી કેળવણીના ક્ષેત્રમાં કામ કરવાને દરેકને પૂરતો અવકાશ છે.

## પ્રભુ પ્રાર્થના.

( સખનાર:—૨૧. ૨૧ કેવશંકર વૈકુંઠજી ભટ્ટ )

હે જગન્નિર્વાતા જગદીશ્વર સન્નિધાનંદ પ્રભુ ! તારી અનિર્વચનીય માયાને અમે કરી શકતા નથી, એ માયાના પાશમાં ફસાએયો છો તારા ખરા સ્વરૂપને ઓળખ્યા વિના અનેક પ્રકારે ભાવટીમાં મુગ શોધવા પ્રયત્ન કરે છે. આધિભૌતિક મુખ માટે અહર્નિશ ચાલમાન છે અને પોતાના આત્માના કલ્યાણને માટે લેશ પણ ઉપાય કરતા નથી. એ બધાને તું નચાવે છે અને વિશ્વરૂપ નાટકનો સ્વધાર તેમજ પ્રેક્ષક ધર્મ માયાથી પર રહી તારી અગ્રાધ શક્તિનો પ્રભાવ દર્શાવે છે. ૧૧.

હાલને સમયે તારું વિશ્વરૂપ દર્શન બેઠ બેઠ અર્ચુને પ્રાર્થના કરી હતી કે—આ સ્વરૂપથી હું બીટું છું, માટે સામ્યરૂપ બતાવો. તેજ પ્રમાણે તારા ખરા ભક્તો ધણાજ નમ્ર ભાવથી પ્રાર્થના કરે છે, તે તરફ તું દયા કરીને, હે કલ્યાણ પ્રભો ! દષ્ટિ કર ને દેવી સંપત્તિ દેખાવ. સે'કડે ૯૯ ટકા એવા માણસો છે કે જેને એકિક મુખ સિવાય બીજું બેઠતું નથી; પણ મનુષ્યરૂપે પશુવત્ જીવન ગણે છે. એમનો ઉદ્ધોગ એક કવિ વર્ણવે છે કે:—

આદિત્યસ્ય ગતાગતૈરહરહઃ સંશ્ચાયતે જીવિતં ।

વ્યાપારૈર્વહુ કાર્યમાત્મકુભિઃ કાલો ન વિજ્ઞાયતે ॥

દૃષ્ટ્વા જન્મજરાવિપત્તિમરણં ત્રાસશ્ચ નોત્પચતે ।

પીત્વા મોહમયીં પ્રમાદમદિરામુન્મત્ત મૂતં જગત્ ॥ ૧ ॥

સાવાર્થ—મગવાન સૂર્યનારાયણના ઉદ્યાસ્ત સાથે પ્રત્યેક દિવસ મનુષ્યના જીવનમાંથી ઓછો થાય છે; મોટો વેષાર ઉદ્ધોગ અને કારમાર ( ધર અને રાખ્યનો ) વહન કરતા વખત કેમ ગયો તેની ખબર પડતી નથી. વળી જન્મ, જરાવસ્થા, ( તેમાં ) અનેક વિપત્તિઓ અને ઉવટ મરણ ભોતાં છતાં નાસ ઉપજતો નથી ! એથી કવિ કહે છે કે મોહમયી પ્રમાદરૂપી મદિરા (દાર) પીને આપ્ત જગત ઉન્મત્ત (મોડું) બની ગયું છે. ૧

આ દશા અત્યારે બેઠ જગદિતીર્થી જનોના દિલમાં એમ થાય છે કે—હે પ્રભુ, તેમને સન્ગતિ અને સહર્મ આપવા તુંજ એક સમર્થ છે; બાકી સચરાચર જગતમાં તારા સિવાય કોઈ શરણ નથી અને તેથીજ કહીએ છીએ કે—

શરણં સરુણેન્દુશેષર: । શરણં મે ગિરિરાજકન્યકા ॥

શરણં પુનરેવ લાલુભૌ । શરણં નાન્યદુપૌમિદૈવતમ્ ॥

સાવાર્થ—જેના મુકુટમાં જાલચંદ્ર રહેલો છે, એવા કલ્યાણકારી દેવ શંકર માફ શરણ છે. અને ગિરિરાજ ( હિમાલય ) ના પુત્રી પાર્વતીજી પણ માફ શરણ છે. પુનઃ પુનઃ કહું છું કે—તે બેઠ માફ શરણ છે. તેમના વિના અન્ય દૈવતને શરણે જતો નથી. કેમકે મહા કવિ કાળીદાસે પણ તેમને જગતનાં માતાપિતા—શ્વે વર્ણવેલા છે—“જગતઃ પિતરૌ વંદે પાર્વતીં પરમેશ્વરૈ” પાર્વતીજી અને પરમેશ્વર મહાદેવ એ સકલ વિશ્વના માતાપિતાશ્ચ છે, તેમને હું પણે લાલુ છું.

વિષ પાંચક ! બાલક જેમ બહુ ગમરાવ ત્યારે માખાપના સરણમાં જાય છે, તેમ આપણે આ આ સંપત્તિ ગામક છીએ, તેમણે પ્રભુના શરણમાં માથું નમાવીને કહેણું—

એક વર્ષમાં માત્ર મુંગધ શહેરમાં ૮,૦૦૦ થી ૯,૫૦૦ બાલકો મરણ પામે છે. વાર્ષિક ૨૦,૦૦૦ બાલકો જન્મે તેમ ધારીએ તો દરેક ૧,૦૦૦ જન્મમાં ૪૦૦ થી વધુ બાલકો મરે છે.

પત્રક '૬'.

મુંગધ શહેરમાં સને ૧૯૧૨ તથા ૧૯૧૩ ની સાલમાં દરેક કોમમાં બાલકોનાં મરણ તથા જન્મની લેવાયેલ નેધિના દર હજારે મરણોનું પ્રમાણ બતાવનાર પત્રક:—

જાત અથવા કોમ.	સને ૧૯૧૨			સને ૧૯૧૩		
	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા	જાતવાર દર ૧,૦૦૦ જન્મે થયેલ મરણ	એક વર્ષની અંદરનાં મરણ	નોંધાયેલ જન્મની સંખ્યા	જાતવાર દર ૧,૦૦૦ જન્મે થયેલ મરણ
હિંદુ { જૈન ...	૩૩૪	૨૭૮	૧,૨૦૧.૪	૨૯૮	૩૭૬	૭૯૨.૫
ખ્રિસ્તી ...	૩૪૩	૫૪૨	૬૩૨.૮	૨૫૪	૪૨૩	૬૦૦.૧
સિંઘાયત ...	૪૬	૪૧	૧,૧૨૧.૯	૩૬	૬૯	૯૨૩.૦
ભાટીયા ...	૫૨	૧૩૦	૪૦૦.૦	૪૩	૧૨૦	૩૫૮.૩
પીઠ જાતના હિંદુ ...	૪,૫૩૨	૧૦,૧૬૭	૪૪૫.૭	૩,૪૩૫	૯,૧૮૭	૩૭૩.૮
પીઠ વર્ણના હિંદુ ...	૧,૬૯૦	૩,૩૦૬	૫૧૧.૧	૧,૨૬૪	૨,૯૦૯	૪૩૪.૫
મુસલમાન (જેમાં આફ્રિકાન હજારીનો સમાવેશ થાય છે)	૧,૭૫૩	૪,૧૫૭	૪૨૧.૬	૧,૩૮૮	૩,૭૫૬	૩૬૬.૫
સરસી ...	૨૭૯	૧,૩૫૩	૨૦૬.૨	૨૪૭	૧,૩૧૩	૧૮૮.૧
સાહુકારી ...	૬૮	૨૨૫	૩૦૨.૨	૩૬	૨૦૪	૧૭૬.૧
શીખીસ્તી લોકો ...	૪૫૯	૯૯૩	૪૬૨.૨	૪૦૯	૯૭૬	૪૧૬.૯
કુરેશીયાન ...	૩૩	૮૫	૩૮૮.૧	૨૬	૧૧૩	૨૩૦.૦
કુરેશીયાન ...	૪૭	૨૨૬	૨૦૭.૯	૨૧	૨૦૪	૧૫૧.૦
બુદ્ધ લોકો ...	...	૧	...	૨	૧૩	૧૫૩.૮
બીજા તથા અજાત કોમ ...	૧૦	૧૪	૭૧૪.૨	૧૯	૧૧	૧,૭૨૭.૨
કુલ ...	૯,૬૪૬	૨૦,૫૧૮	૪૪૮.૨	૭,૪૮૮	૧૯,૬૪૮	૩૮૧.૧

આ કોષ્ટકથી આપણી નજરે એ જાણના આવશે કે જુદી જુદી કોમોમાં બાલકમરણની સંખ્યા ઓછી પડતી આવે છે. જે કોમમાં આરોગ્યનું જ્ઞાન અને આચાર વસારે છે તેમાં બાલકમરણની સંખ્યા ઓછી છે. દરેક કોમે આ આંકડાનો અભ્યાસ કરી પોતાની કોમ માટે શું કરવું તેનો ખ્યાલ કરવો જોઈએ.

સાચી સ્ત્રી કેળવણી તો એ છે કે સ્ત્રીને આરોગ્યતા નિયમો શીખવવા, તેમને પોતાના જીવનમાં ને નિયમો અમનમાં મુકવા દેવા, અને તેને માટે સાધન અને મદદ આપવી.

સ્ત્રી કેળવણીના ક્ષેત્રમાં કામ કરવાને દરેકને પૂરતો અવકાશ છે.

ને જૂના પુસ્તક જમથી મેળીને મંચક કરીને તે ઊપરથી મુજરાતી બાવામાં સુલભ રીતે સમજી શકાય એવી રીતથી વૈદક મંચથી પરીક્ષા, ઔષધી ગુણદોષ તથા ઉપાય નિદાન વગેરે સારી રીતે કવિતામાં રચેલાં છે ને તે સેંકડો કવિતા હાલ તેમને મ્હોડે છે. ને એવી શોધકતાથી તથા અભ્યાસથી વૈદક મંચથી રોગ પરીક્ષા તથા યોજના ધણી સારી ને વનસ્પતિ દવા ઊપર ધણી શોધ છે. ને એવા માણસને તો એ નેટીવ ડિસ્પેન્સરી ધાલી એમની દેશી દવા મંચથી ગોઠવણ થાય તો લોકોને ધણા ફાયદા જેવું થશે. ખીન ખાતામાં નોકરી કરી એઓએ શ્રમ કરી આ ગુણ સંપાદન કરેલો છે; તેથી વિશેષ સ્તુત્ય છે એમ માનવાને પ્રત્યવાય નથી ને એ વૈદક સંબંધમાં એઓને ઉત્તેજન મળ્યાથી શત્રુક્રિયા સંબંધી જ્ઞાન મેળવવાને શ્રમ કરવામાં પાછા હડે એવા નથી. તેથી આ દાખલો લખી આપના ધણી આનંદ થાય છે. ને એવા ઉદ્યોગી ને શોધક માણસની જાદવી યવાથી અહીંના લોકો નાનાજ થશે. કેમકે કોલેરા જેવા પ્રસંગે એઓ જાધાના ઊપયોગમાં આવતા તેથી તે લોક નારાજ થશે એમાં શકા નથી. ૬-૭-૮૫.

નેટીવ દવાનું ઉત્તેજન ઇંગ્લેન્ડ,  
(સહી) ચિંતામળરાવ નારાયણ મુજુમદાર,  
મહોદે.

"This is to certify that Bhogilal Trikamlal possesses a fair knowledge of native *materna medica* and native practice of medicine." I have had opportunities of judging of this from and acquaintance with him extending over two years. He is an intelligent, hardworking and careful man.

Bombay, } (Sd) BHALCHANDRA KRISHNA, L. M.  
8th July 1885.

શ્રી.

સદા રાજગાન રાજેશ્રી વધીય જોગીસાવમાધ ત્રિકમનાથ મુ. ખેરાળુ અમે નીચે સહીએ કરનાર ઉમતાના મુખીમતાનર તથા રજ્યન લોકો આ માનપત્ર રૂપી સરટીફિકેટ આપીએ છીએ કે, મનકર ગામે સાસમજકરમાં વૈદ્યાપ સુદી ૨ ના રોગથી કોલેરાનો બચકર રોગ શરૂ થયેલો જાને તે ધણા સંપાદેથી ચાલેલો. આ રોગ જેઠ માસ આખર સુધી રહેલો. આ રોગની ચરઆતથી તે બંધ થતાં સુધી તમે તમારી જાતની બનાવેલી કોલેરાના દુષ્ટ રોગ ઉપરની દેશી દવા વખતો વખત ખીન કિમને અમેને પૂરી પાડેલી છે. આ દવા દેશી કાષ્ઠાદિ વનસ્પતિ વગેરેની તેમજ નિર્વિકારી છે. એવો ઉપયોગ આજાળવટથી થઈ શકે તેમ છે. આ દવાથી ધણીજ માણસો એ દુષ્ટ રોગના પંખમાંથી બચી ગયાં છે. આ દવા અરમા પાઠી તેની અસર ધણીજ જલદી થઈ આરામ થાય છે. તમેએ આવા બધાંદર રોગના વખતમાં આવી દવા વગર કિમને પૂરી પાડી તેને માટે ગમે તમારો મોટો ઉપકાર

માનીએ છીએ. અને આ માનવ તમને પણી ખુશીની સાથે આપીએ છીએ તા. ૨૫-૭-૮૮.

( સહી ) પટેલ ત્રિકમ જેરામદાસ, દ. પોતે.

„ વોહોરા હુકમાનજી અલરામજી, દ. વપરામ અખંદેશ્વર.

„ પટેલ રામચંદ્ર માધવજી, દ. પો.

„ પટેલ મોતી લગવાનદાસ, દ. પો.

આ સિવાય ગાગ લોક પૈકી બીજી પાંચીસ સહીઓ છે.

*Kheralu, 2nd March 1891.*

I feel great pleasure to testify to the knowledge the bearer, Mr. Bhogilal Trikamal, a Vakil of the Kheralu Court, has of the native physic. He is inquisitive and persevering. When he hears of any new medicines he is after it. I have tried his medicines myself and found them efficacious. Kheralu has no Government dispensary, but Mr. Bhogilal has out of philanthropy supplied the want by giving medicines to the people at his own cost. He is liked by the people.

(Sd.) B. PATVARDHAN,

Sub Asst. Barkhali Department.

**સર્ટિફિકેટ.**

• રા. રા. આર્યમંથુ મોગીયાલભાઈ,

આપે દેશી ઔષધિઓના મોટા સંગ્રહ કરવા માંડ્યો છે, એવું મારા સંમિલનમાં આવવાથી મને અતિ હર્ષ થયો છે. કારણ કે આપણા ગુજરાતમાં દાલ તેવી દવાનો ધંધોજ તોટા છે. આપે બનાવેલી દવાઓમાંની વસંત માલિની નામની ઔષધિ મારા અનુભવમાં આવ્યાથી તેના ગુણો ધણા છે અને તેની અસરો તાત્કાલિક અને હમેશાં સુધી ટકી રહે તેવી છે. આ દવાએ મને એક અવશ્ય લાભ પ્રાપ્ત કરેલો છે, જે અને દર્શાવવાની હું રૂઝ માણું છું.

મારી પત્નીને ઘણાં લામા વખતથી એટલે લગભગ આઠ માસ થયાં રક્ત પ્રસરનો દુષ્ટ વ્યાધિ થયો હતો અને તે મટાડવા સારૂ ગેં ઘણી દૈન્યપીટકોમાંની તેમજ દેશી ઔષધિઓનો ઉપયોગ કરેલો પરંતુ તે સર્વ ઔષધિઓ નિષ્ફળ થઈ છે; અને આખરે મારે નિગમ થવાનો સમય આવ્યો હતો; પરંતુ તેટલામાં મારો અને આપનો સમાગમ થતાં તે દુષ્ટ વ્યાધિ વિશે આપને વાત કરી તે ઉપરથી આપે વસંત માલિની નામની ઔષધિની આર ૪ ગુટિકા તે રોગ ઉપર અનુપાનસદ્ વાપરવા આપી. તે પ્રમાણે તેનો ઉપયોગ કરતાં પ્રથમ ગોળાએજ એક અત્યય જેવી અસર પેદા કરી અને ચાર ગોળાઓ પરી થતા વારમાં તે. તે રોગનો મૂળમાંથી નાશ થયો છે. હવે આવા પ્રસંગે મારે આપનો કેટલો જીવ આભાર માનવો જોઈએ તે દર્શાવવા મને સજ્જો મળ્યો આવતા નથી. વસંતમાલિની તે વસંત માલિનીજ છે. તેણે પોતાના નામનો મદિમા ગમ્યો છે અને તે મદિમા રહેવાનું સુખ્ય કારણ આપનો ખતી ઉલોગ છે. આજ સુધી દેશી ઔષધિઓનો ઉદ્ધાર કરનાર કોઈ મારા જાણવામાં આવેલ નથી. અને આપે જે આ અગિયમ પ્રપત્ન—દેશી ઔષધિઓના સંચયનો—આરંભેલો છે તેને નિર્વિરત પૂર્વ કર્યો એવી મારી આમદ પૂરક બલામનુ છે.



આપણા આર્યમંધુઓને ઉપયોગી થઇ પડવાનો આપનો આ મદદોગ સદા વૃદ્ધિ પામશે અને તેવા રઘુતપાત્ર શોધનને માટે મારે આપને કેટલો જાણે ધન્યવાદ આપનો જેમણે તેનું વર્ણન કરતાં ઘણું લાંબુ ચાપ એમ કહારી આ હુંક પત્ર લખી સતોષ માનવાની આકાંક્ષા રાખું છું. તા. ૧૫-૬-૯૬.

હું છું,  
આપનો આર્યમંધુ,

(Sd.) NANALAT BHANUSHANKER Bhatt,  
સીક કેપો કલાર્ક, ખેરાળુ.

રા. રા. ભોગીલાલ ત્રિશ્મલાલ વકીલ. ગુ. વડનગર.

આપને જણાવવાને અત્યંત ખુશી ઉપજે છે કે આપના તરફથી મળેલી “અપૂર્વ સુવર્ણમાલિની વસંત” નામની ગોળાઓએ મારા લાગત છ દિવસ સુધીના કષ્ટતર પેટના કુખાવાને એકદમ બંધ કરી આરામ કર્યો છે. એ દરદ ઉપર મેં ઘણી જાતની દવાઓ અજમાવેલી છતાં કથાથી અને લગાર પણ આરામ નહીં જણાવ્યેયો, તે આપની ફક્ત ચારજ ગોળીઓ ખાતાં દરદ નરમ પડી દરદ તદન જડમૂળથી ગયું છે; ને તેથી તેની જેટલી પ્રશંસા કરું તેટલી ઓછી છે. દવા લાંબા પછીના ફેરફાર પણ ધણાજ ઉત્તમ છે. બૂખ તથા બીજા શારીરિક ફેરફારથી હું ધણાજ આનંદ પામું છું. કૃપા કરી તેમાંની બીજી ગોળાઓ અને વળતી ટપાસે મોકલશો. તા. ૨૮-૬-૯૬.

(સહી) લિ. રમેલાધીન મુનીલાલ કલકલાર્ક,  
રોશન માસ્ટર, મેડસાણા જકશન.

પ્રિય ભોગીલાલભાઈ ત્રિશ્મલાલ વકીલ સાહેબ, ખેરાળુ

લી. ખાલેખાન સુમરેખાનની સવામ-આદ આપના તરફથી “અપૂર્વ સુવર્ણમાલિની વસંત” નામની ગોળાઓ આવી હતી. આ દવાનો અનુભવ લેતાં કૌલેશ ઉપર તે ચમત્કારી રીતે મણી સારી અમર કરે છે અને હું ધારું છું કે આ દવા સંધરવા યોગ્ય છે. કૌલેશ ઉપર તે એવી વાત છે કે ગમે તેવા અચંત થઇ ગયેલ માણસને ઘણી જલદીથી આરામ કરે છે અને તેટલા માટે એ દવા પેકીની ગોળાઓ બીજી વધારે મોકલવાની મહેરમાની કરતો. મુ. વિસનગર, તા. ૨૮ જૂન સન ૧૮૯૬.

લિ

(મહી) ખાલેખાન સુમરેખાન,  
વકીલ.

I have tried Mr. Bhogilal's Apurva Malini Vasant pulls on several patients and have always found them efficacious in the treatment of patients suffering from diseases alluded to, and meant for, by the originator, especially in those of nervous debility and wasting diseases. The pills contain those costly drugs—musk, gold and amber—all genuine, and the price fixed at, is far less than its real worth and value.

(Sd.) SHIVPARSAD J.

27th October 1896.

} In the medical charge of Dispensary,  
UNHREMI.

peral fever. I left no stone unturned in seeking the medical aids against this horrible disease, but had failed every-where. The best known surgeons were consulted but no body gave me hopes and the case day by day was going from bad to worse. In short when the patient was exhausting and leaving us for funeral ceremonies, a friend introduced Mr. Bhogilal Trikamal, High Court Pleader and Native Vaidya of Visnagar to me. To my astonishment his medicines acted as magic. It will not be out of place if I say that Mr. Bhogilal just wrought a miracle as Christ had done. His native medicines, which are much superior to the English drugs used, seem to have been prepared scientifically and with great care. My wife was totally cured of the disease under his treatment in a month's time.

From this I can freely recommend his treatment to the most dangerous cases.

(Sd.) BANU MIBHAN LAL,  
Head Supervisor, 'R. M. Railway,  
KHERALU.

### (આનુવાદ.)

મ્હને લગતા અતિશય બાનદ થાય છે કે મદારી સ્ત્રી પેશાબ જેને સતિકાળસ (Puerperal Fever) કહે છે તે બાનદર રોગગ્રાથી સાચ થઇ છે. આ બાનદર રોગ મટાડવા માટે ઔષધોપચારની મદદ શોધવા મ્હેં કંઈ બાકી રાખી નહોતી પરંતુ ફરેક દે-કાણે નિષ્ફલ થયો. પ્રખ્યાતમાં પ્રખ્યાત ડાક્ટર (સર્જન)ની સલાહ મેંવાળી આવી હતી. પરંતુ કોઈએ મને આશા આપી નહિ; અને કેસ દિનપ્રતિદિન વધારે ખરાબ થતો ચાલ્યો. છેવટે ભયારે હારી અતિશય નિર્ભય થવાથી અમારે અમિદાન કરવાની તૈયારી કરવાની વખત આવ્યો હતો, તેવામાં એક મિત્રે શ્રી. ભોગીલાલ ત્રિકમલાલ વરિષ્ઠ ન્યાયાધિકારીના વકીલ તથા આર્થ વૈદ્યનું મ્હને જાણબાજુ કરાવી આપ્યું. તેમની દવાઓ બહુની માત્રક અસર કરી તેથી હું આશ્ચર્ય પામ્યો. શ્રી. ભોગીલાલે, ઇચ્છાસ્થિતે (હાઇપરે) કંઈ દત્તો તેણે ગમતકાર કરી બતાવ્યો છે એમ કહ્યું તો તે અતિશયોક્તિ નહિ જણાય. તેમની દેથી દવાઓ જે હંમેશા દવાઓ વપરાય છે તે કરતાં વળીજ ઉત્તમ છે, વળી તે શાસ્ત્રીય રીતે અને વળીજ માન્યથી બનાવવામાં આવે છે એમ મને લાગે છે. મદારી પાત્રીનું દરક એક માસમાં તેમણે નરમગથી નાશૂદ છોડ્યું છે.

આથી બાનદરમાં બાનદર બ્યાવિધી પીગતા માણુમને તેમની (શ્રી. ભોગીલાલની) દવા વોપરવા બહુમજા કરી લઉં છું.

(મરી) બાળુ મિથનલાલ,  
સેક્ટર મુખરવાપરજર,  
આર. એમ. રેલવે, ખેરાલુ.

यस्मिन् देशे हि यो जातः तज्जं तस्यौषध हितम् ॥  
स्वदेशीना आग्रह्ये देशानी भात्री सेवा छे.

गुणकारक, કિશયત અને શાસ્ત્રોક્ત દવાઓ, પૂર્ણસત્વ અને  
શુદ્ધિ જળવાઈ રહે તેવા સંચાઓથી, ઉત્તમ, તાજ  
અને ખરી વનસ્પતિમાંથી તૈયાર કરનાર

# ઝંડુ ફાર્માસ્યુટિકલ્સ વર્કસ.

એલ્ફીન્સ્ટનરોડ, મુંબઈ.

અમારી દવાઓની ખાતરી વેંદો અને ડાક્ટરોએ વાપરીને  
ફરેલી છે તેમાંની કેટલીએક જોવી દે:—

વાસાલેહ, ખાંસીની ઉત્તમ દવા. ૦૧ રતલની કીં. ૦-૧૦-૦.

ખૂદ્તમ છાદિ કવાચ-પ્રવાહી રક્ત શુદ્ધિ માટે અકસીર.

૦૧ રતલની કીં. રૂ. ૧-૦-૦

વાપની ગોળી. એલેરિયા અને જીન્ડા ટાટીયા તાપને તાત્કાલિક મટાડનાર

૩૨ ગોળીની કીં. રૂ. ૦-૮-૦.

## આયુર્વેદ વિજ્ઞાન.

( વેદાના વિવિધ વિષયો શાસ્ત્રીય રીતે ચર્ચિતું માસિક. )

આરોગ્ય સંબંધી તથા વૈદક સંબંધી સામાન્ય જ્ઞાન મેળ-  
વવાની માણસ માત્રની ફરજ છે.

આત્મ વૈદક જ્ઞાન મેળવવા માટે સારામાં સારું સાધન માસિક છે.  
શુભરાતના ઉત્તમ લેખકોના લેખોથી જરેખું આ માસિક દરેક ગૃહસ્થને વાંચવા  
લાયક છે.

વાર્ષિક લિવાજમ, માત્ર રૂ. ૧-૮-૦.

મુંબઈની મુખ્ય ડીપો:

૧૧ની મહાજન વાડી, કાલણાદેવી રોડ. તારતુ શીરનામું: "ઝંડુ" મુંબઈ.  
ટેલીફોન નં. ૨૨૦૯. કારખાનાનો ટે. નં. ૨૨૦૮.

પ્રાઈસલીસ્ટ માટે ઉપરને શીરનામે લખો:

ધનાદય રાજનગર લંડનમાં તા. ૧૩-૨-૧૪ ના રોજ ૨૮૮૧,  
ભટકતાં ગણાર્થાં.

ત્યારે આ દેશમાં કેટલાં હોય ? ? ?

તેનાં નિરાધાર સર્વ અનાથો માટે દાન તરીકે

નડીયાદના હિન્દુ અનાથ આશ્રમમાં

કંઈ પણ રકમ મોકલાવી આપો !!

રૂ. ૪૦૦ ) ની એક ઓરડી, એવી દસ ઓરડી બંધાવનાર દાતાઓનું  
જરૂર છે. ગોળલે સ્મારક હોલ સાથે દાતાના નામનું પણ

સ્મારક રહેવાનો હિત્તમ અવસર છે !!

કાળનો વિશ્વાસ નથી, કાલ કરવાનું આજ અને આજ કરવાનું

અત્યારેજ કરો, કેમકે ધર્મના કામમાં તીલ કરવી નહિ

એમ વૃદ્ધ પુરૂષો કહી ગયાં છે.

દરેક જાતનાં દાન લેવાય છે, દરેક દાનની પાવતી મળે છે, એક રૂપી  
અને તેથી વધારે દાન આપનારનાં નામ વાર્ષિક રીપોર્ટમાં પ્રસિદ્ધ રહે  
તો જલદી કંઈ પણ રકમ દાન મોકલી રીપોર્ટ મંગાવવા લખો:-

મંત્રી, હિન્દુ અનાથ આશ્રમ-નડીયાદ